

بنت النيل



يوليو ١٩٥٢



اليزابيث آردن في الاستقبالات بصالون آردن بالقاهرة

٢١١ عمارة الايموبيليا تليفون ٤٧٧٩١ - ٧٧٠٧٢

اليزابيث آردن

ترحب بك دائما في صالونها لتضيفي عليك الجمال
والشباب وتقدم لك نصائحتها وخبرتها نحو الجمال
المنشود في جو من الاناقة والهدوء كما لو كنت في أحد
صالونها بنيويورك أو لندن أو باريس

الزكاة المطلوبة...

منذ اسبوع قضيت عطلة العيد بين المواطنين تلميذات مدارس اتحاد بنت النيل، وعشت أياما في الوسط الذي يعيش فيه وخبرت بنفسى آمال هذا الوسط وآلامه، وعرفت أى تقصير وقع فيه جيلنا باهمال أحياء الفقراء، والتهاون فى رعايتهم، ولا تقع مسئولية التقصير فى اعتقادى على حزب من الاحزاب أو هيئة من الهيئات، بل تقع المسئولية على جميع الاحزاب وجميع الهيئات التى تتحدث باسم الفقراء والمعوزين.

كل برلمان ينعقد يتشدد أحزاب الاغلبية فيه بأنها ستبدل من حياة الفقراء والفلاحين، ولو صدقت هذه الاحزاب مرة واحدة لكان حال هؤلاء غير هذه الحال، وأنا لا أريد أن أصف هذه الحال، فكل مواطن يعرف حالهم، كما أن انكار هذه الحال السيئة يعنى أننا كالنعامة تخفى رأسها فى الرمل والخطر يحدوها من كل جانب.

نحن نرى الفقر والجوع والعري والجهل، وقد دعا المسئولون الى محاربة الفقر والجهل، وما ينتج عنهما من مرض، ولكن أحدا ممن يملك حق التنفيذ لم يتجه الاتجاه الصحيح، فالكل يحتج بعجز الميزانية، فطاقتها لا تستطيع أن تواجه هذه الاعداء فى بيئة العاجزين.

ان الضرائب على القادرين هى وحدها الكفيلة بعلاج الموقف والقضاء على هذه الامراض الاجتماعية الخطيرة، ان الضرائب هى الزكاة المطلوبة من كل مؤمن قادر لرعاية حال اخوانه المؤمنين من الفقراء والمحتاجين، فلنحدد ضريبة على القادرين منا تخصص حصيلتها لمحاربة الفقر والجهل بصورة أخرى، فقد ثبت أن العلاج الذى تحاوله الاحزاب والهيئات علاج ناقص، لانه يحتاج الى مال والقادر لا يعطى من ماله عن طواعية فلنفرض عليه ذلك بالقانون.

واذا أحس المواطنون الاغنياء أنهم ينزلون حقا عن قدر مما يرزقهم الله لآخوانهم فى الوطن والدين فلن يمر علينا عيد آخر نشهد فيه آلام الفقراء والمعوزين فى أيام يسمونها أيام العيد.....

مهدى حنظل

بنّت النيل في زياره

يتلقين درسا في الموسيقى
بإشراف اخصائيين مهرة .



الجمعية المصرية لرعاية العميان

كثيرا ما نجد في حياتنا
شواذ قست عليهم الدنيا
ففقدوا بعض حواسهم
وهؤلاء نجدهم يائسين من
الحياة ، ولا يضيع هذا
اليأس منهم الا اذا وجدوا
من يحذب عليهم ويرعاهم
ويمهد لهم سبل الحياة حتى
لا يصبحوا عالة على المجتمع
الذي يعيشون فيه .

وقد أدركت الدول جميعا
هذه الحقيقة فاهتمت برعاية
الشواذ وتعليمهم وأنشأت
المعاهد لتهدئهم سواء السبيل
ومنذ عهد طويل تساهمت
مصر مساهمة فعالة في رعاية
الشواذ فأنشأت لهم معاهد
النور .. ولكن لم تكن
المعاهد الحكومية كافية
لرعاية هؤلاء الشواذ مما
دعا الهيئات المختلفة الى أن
تقوم بمساعدة الحكومة في
هذا الشأن ..

وقد زرت مدرسة العميان
التي أنشأتها الجمعية
المصرية لرعاية العميان
بالسيدة زينب ويقوم بإدارة
هذه المدرسة اخصائية
منتدبة من وزارة المعارف
يعاونها أشخاص بعضهم
منتدبون من وزارة المعارف
والبعض الآخر تدفع الجمعية
مرتباتهم ويجري نظام
الدراسة في المدرسة بين
نظام خارجي وآخر داخلي أما
الخارجي فيقضى أن يتناول
الطلاب طعام الغداء في المدرسة
ويتقاضين كل يوم أجر الترام
اذا كن من غير سكان الحي .
ويجب ألا ننسى ما في هذا

طعاما لهم لعدم وجود المال
.. وكنت أحسب أن الجمعية
المشرفة على هذه المدرسة تهتم
بتوفير المال اللازم
للاكل قبل أى شيء آخر
ومطالبة الحكومة والشعب
بالتبرعات حتى تستطيع أن
تؤدي ذلك الواجب الانساني
على الوجه الاكمل :

وتقوم التلميذات في هذه
المدرسة بتعلم الكتابة على
طريقة بريل كما يتعلم
بعض الموسيقي وبعض
الحرف التي قد تساعد
في مستقبل حياتهن مثل
صناعة الفرش بأنواعها
والمقشّات وتستغل الجمعية
هذه الفرش المصنوعة
فتبيعها للخارج وهي نظير
ذلك تعطي أجرا يوميا
للتلميذات .

الاكل اذ أنهن لا يستطعن
وهن الضريعات أن يحددن
مكان كل شيء بالضبط
وليت أمر ضيق المكان يقف
عند حد مكان الاكل ومعداته
بل انه يتعداه الى مكان
النوم فان الاسرة تتزاحم
بجوار بعضها تزاكما شديدا
حتى أنه من العسير على

الانسان أن يصل الى سريره
الا بالعبور فوق الاسرة حتى
لو كان مبصرا فما بالناس
بهؤلاء الكيفيات ..

ويبدو أن الحكومة لا
تساعد جمعيات الخير بما
فيه الكفاية اذ أن مما أثار
عجبي أن ناظرة المدرسة
قد اشتكت لي من تأخر المال
عنها حتى أنها تنفق ثلاثة
أيام متوالية من جيبتها
الخاص ولولا ذلك لما وجدن

من خطورة على الفتيات
الكيفيات لانهن اذا ركن
الترام أو سرن في الطريق
بمفردهن تعرضن للاخطار
ولو قام أحد أقاربهن
بمرافقتهن فان هذا معناه
أنهن سينفقن ما لا طاقة لهن
عليه خاصة وأن كلهن من
عائلات فقيرة .

وقد سألت القائمين على
أمر المدرسة في هذا الشأن
فاحتجوا بضيق المكان وعدم
قدرته على استيعاب هذا
العدد الضخم من التلميذات .

أما الداخلي فانهن يدخلن
فيه من سن ست سنوات حتى
يبلغن الثامنة عشرة ويتناولن
وجباتهن الثلاث في دار
المدرسة ومما يلفت النظر
أن معدات الطهي والاكل
غير كافية مما يضطر
الكيفيات الى التزاحم أثناء

بنات النيل قصص

عايدة سعيد



— تقسم ادارة الجوازات والجنسية بوزارة الداخلية كثيرا من الفتيات في مختلف الاقسام ، ولكنك لا تجد سوى فتاة واحدة اختيرت لادق الاقسام وهو قسم البحوث الفنية . هذه الفتاة هي عايدة سعيد .

— وعائدة . خريجة كلية الحقوق بجامعة فؤاد في سنة ١٩٥٠ — وقد فازت عائدة بلقب الفتاة الجامعية الاولى لكلية الحقوق بسنواتها الاربع .
— وقد استحققت اللقب بجدارة لروحها الجامعية العالية في معاملتها لزملائها وزميلاتها . وأساتذتها ، ولأنها كانت تسهم في النشاط الاجتماعي والرياضي ، وتشترك في تنظيم الحفلات والرحلات والمباريات رغم تقدمها في واجباتها الدراسية
— تمتاز بالاتزان ودعة الخلق ولذا هجرت ميدان الحمامة الصاحب الى جو الوظيفة الهادي ، كما تمتاز بالذوق الذي يبدو في زيتها المبسط — رغم أناقته !

— لاعبة تنس — وان لم تكن ذات بطولة — الا ان الحظ قد منحها كأس الخريجات سنة ١٩٥١ وتهوى سماع الموسيقى

— حينما طلبت الحكومة من قسم اقامة الاجانب اعداد بيان حصر بجميع الرعايا البريطانيين المقيمين بالقطر المصري في اسرع وقت — ابتكرت عايدة سعيد طريقة تمكن بها الموظفون من اتمام البيان في ساعتين .

— هذه الفتاة تقدر فكرة «الواجب» في العمل . وفي المنزل . ولم يحدث ان انسأها عملها واجبها في المساعدة في تنظيم المنزل
وأخيرا . لك ان تعجب اذا عرفت ان هذه الفتاة «الحقوقية» بارعة في فن التمريض !

واني أعتقد ان الامر الان بيد القائمين على المعهد اذ ان قبول الضريرات فيه لن يكلفهم شيئا فانه من الممكن عمل فصول مختلطة بين الضريرات والضريرين .
ولهذا السبب فان القائمين على أمر المدرسة لا يستطيعون أن يتركوا طالبة تغادر المدرسة لانهم لا يعرفون مصيرها حتى ان الامر تطور وأصبحت هناك طالبات بلغن من العمر ثلاثين عاما ويقفن عقبة في سبيل التحاق طفلات ضريرات أخريات لانه لا يوجد المكان الكاف لاستيعابهن جميعا .
ومن الغريب أنه في الوقت الذي تقتر فيه الجمعية على مدرسة الضريرات نجدهم يقيمون مبنى للضريرين يتكلف انشاؤه ستين ألفا من الجنيهات وكان أولى بهم أن ينفقوه على الجوهر دون المظهر حتى يستفيد هؤلاء ويضمنوا مستقبل حياتهم .

ف . م . ع

وقد تساءلت عما يحل بالفتيات عند انتهاء مدة دراستهن بالمدرسة ولشدة دهشتي وجدت أنها تخرج من المدرسة وكأنه لم يبذل جهد في تعليمها حتى لا تكون عالة على الحياة اذ أنها لا تجد عملا تعمله أو مكانا تكمل فيه أي نوع من الدراسة اذا أرادت . وكان هذا المجهود الذي يبذل في تعليمها طيلة اثني عشر عاما قد ضاع هباء .
وقد علمت أن خريجات هذه المدرسة قد حاولن الالتحاق بمعهد فؤاد الاول للموسيقى العربية ولكن للأسف أغلق المعهد في وجوههن ولم يقبل القائمون عليه أن يفسحوا مجالا لهن بين طلبة المعهد وقد اتصلت في هذا بالدكتور الحفني لاستوضحه الامر فاعتذر بضيق ميزانية المعهد وعدم سماحها بفتح قسم خاص للضريرات .
هذا مع العلم بأن في المعهد قسما للضريرين وفي الوقت نفسه تقوم الحكومة بصرف اعانة للمعهد لتعليم الشواذ

ان الطهي من المواد التي يعتنى بها المعهد كل العناية . وهاتان الطالبتان يقمن باعداد طعام شهى





سيدات الاتحاد وأمامهن بعض الهدايا

واننا نعتقد أن لهذه اللفتة فائدة كبيرة إذ أنها ستجعل الفقراء يحسون بأن هناك من يعطف عليهم ولا ينسأهم في المناسبات التي يتمنى كل إنسان أن يكون فيها سعيدا كما أنها ستزيد الاقبال على مدارس بنت النيل مما سيساعد على محو الأمية من أيسر السبل .

وانى ازاء هذا أتمنى أن تقتدى سيداتنا بسيدات بنت النيل ولا يتركن مناسبة تمر دون أن تكون لهن فيها يد رحيمة تعطف على المحتاجين .

شفيق وقمن بتقسيم الاقمشة والحلوى والصنابون لكى يسهل توزيعها على مستحقيها من طالبات مدارس مكافحة الأمية التي أنشأها الاتحاد . وبعد أن انتهين من تقسيم الهدايا حضر الى مقر الاتحاد صاحب العزة ابراهيم بك طلعت لكى يرافق سيدات الاتحاد فى جولتهن الخيرية وهكذا انقسمت بعثة الخير الى قسمين فتوجهت الدكتورة درية شفيق والسيدة رفيعة قاسم الى بعض المدارس وقامت السيدة راجية حمزة بتوزيع الملابس على بعض المدارس الاخرى وفي كل مدرسة كانت الطالبات من النساء يتلقين الهدايا بفرح شديد ودعاء خالص لهؤلاء السيدات اللاتي يسهرن من أجلهن ويعملن على سعادة المجتمع الذى يعشن فيه .



الدكتور درية شفيق والسيدة رفيعة قاسم توزعان الهدايا

بنت النيل .. لا تنسى



طالبات مكافحة الأمية يشكرن بنت النيل

بنت النيل تعرف واجبها دائما وتؤديه لاهله بنفس الحماس الذى تطالب به بحقوقها، وإذا كان الجميع يعرفون أنها تنتهز كل فرصة لتؤدى واجبها نحو وطنها وبلدها وإذا كان الجميع لا ينتظرون منها أكثر من هذا فإنها لم تنس واجبها نحو مواطنيها فما ان قرب عيد الفطر المبارك حتى أخذت الدكتورة درية شفيق تعد العدة لكى تدخل على بنات الشعب السرور فى هذه المناسبة السعيدة فتبرعت بمائة وخمسين جنيها كما تبرعت سائر العضوات بمبالغ مختلفة كما قدمت محافظة القاهرة خمسين قطعة من القماش وفى صباح يوم (الوقفة) اجتمع بعض أعضاء مجلس إدارة الاتحاد بالدكتورة درية

دورتي جراني

إن أغلبية النساء في الولايات المتحدة يفضلن مستحضرات التجميل دورتي جراني عن أي مستحضرات أخرى ولا عجب في ذلك فإن مستحضرات دورتي جراني ليست نتيجة محاولات فردية. إنما هي خلاصة أبحاث طويلة النخبة من علماء التجميل



ففي إمكانك إذن يا سيدتي أن تضبعي ثقتك فيها بكل اطمئنان.

وتباع مستحضرات دورتي جراني

بالقاهرة
عند: صالون سقراط
بولي وأنطون. سعد خزانة
بشارع قصر النيل
• مباحث • مدينة الكونتنتال
أجرامانة لندن
١٤ شارع سليمان باشا
وبالاسكندرية
عند: صالون سقراط
إخصائيات التجميل
الآنسة ليلى وفان أدهم.

شاشة وبقجة
تزيين نفسك بإصا

**زهرة
كولمان**

إبحث عن رأس الثور
على البطاقة الصفراء

٢٤٥٨٨ س ت



(١) السيدة ايفا بيرون زوجة رئيس جمهورية الأرجنتين
١ - رئيسة مجلس النواب
ب - وزيرة الصحة
ج - نائبة رئيس الجمهورية



(٢) ساروجيني نايدو الزعيمة الهندية معروفة بانها:
١ - كاتبة
ب - محامية
ج - شاعرة

(٣) مولانا أبو الكلام آزاد الذي يؤيد المرأة يشغل منصب:
١ - الحاكم العام
ب - وزير المعارف
ج - مدير الجامعة



(٤) الدوقة وندسور التي تنازل ادوارد الثامن عن العرش ليتزوجها اصلها:
١ - إيرلندي
ب - أمريكي
ج - ألماني

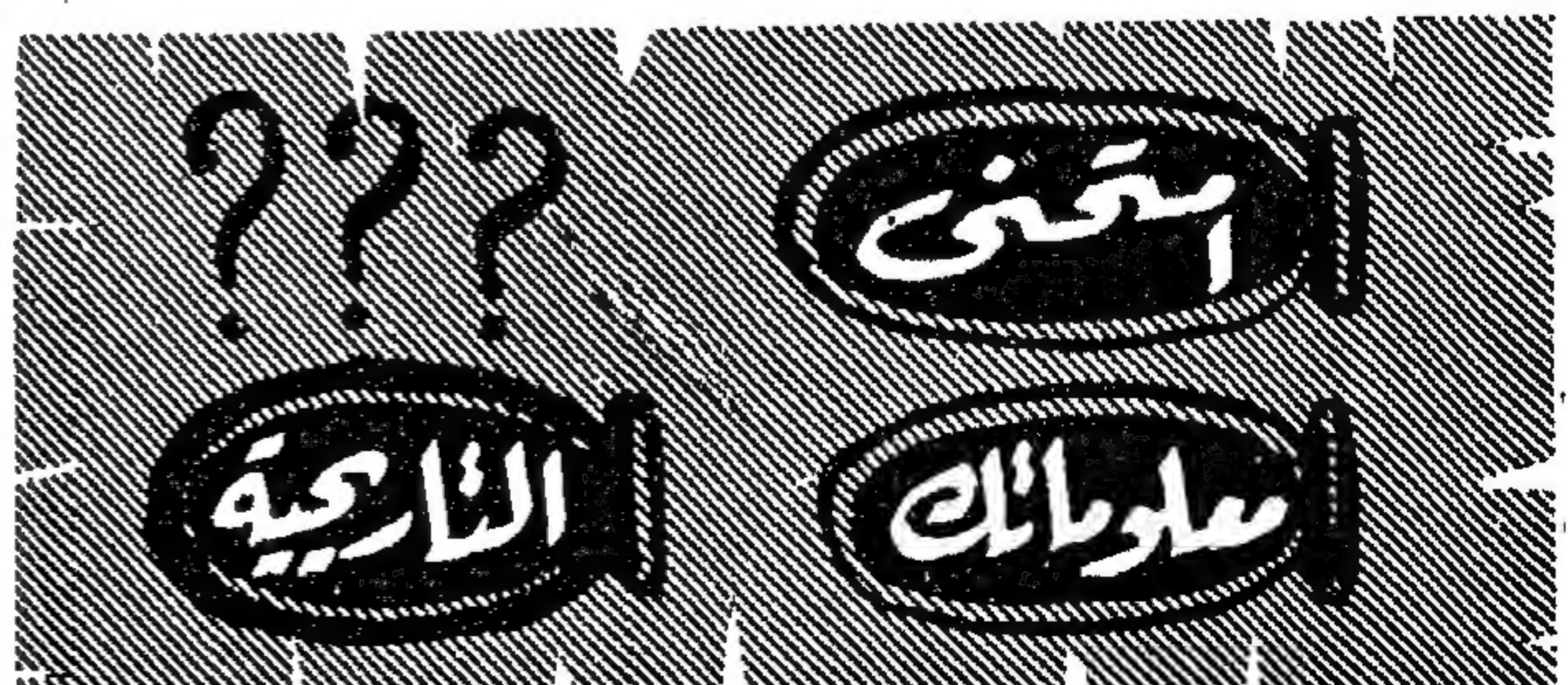


(٥) امبراطورة فرنسا التي زارت مصر في حفل افتتاح قناة السويس هي:
١ - ماري انطوانيت
ب - ماري لويز
ج - أوجينية



(٦) تنزع النهضة النسائية في تونس الأميرة:
١ - زكية
ب - عفاف
ج - ثريا

الاجابة الصحيحة ص ٦١





الانسة ايدين جومانز

أن يقابله تسليم مطلق بترك الباب مفتوحا أمامها . . . وأردفت الزائرة تقول : أزيلوا القيود ولا تخافوا من منافسة المرأة لكم وستجدون أن الكثيرات منا لن يزاخرن الرجال . اننى مثلاً حاصلة على ليسانس الحقوق وكان فى امكاني العمل ولكنى راغبة عنه . . . لقد دهشت حينما وجدت أحزاباً نسائية فى مصر ولكنى آمنت بفائدتها حينما عرفت حال المرأة المصرية .

ودخلنا بعد ذلك فى حديث طويل عن هولندا وأحوالها : عن عطورها وصناعاتها الغذائية وزهورها وعادات أهلها . وسوف نخصص لها حديثاً آخر .

١٠ خ

الإدارة الهندسية القروية باسيوط
تقبل عطاءات لغاية الساعة الثانية عشرة ظهر يوم الأحد الموافق ٢٠ يوليو ١٩٥٢ من عملية إنشاء مراكز إدارة وصيانة عمليات المياه الصغرى بينادر باسيوط وملوى وأبو تيج مديرية باسيوط وتقدم الطلبات على ورقة تمغة من فئة الخمسين مليماً للحصول على الشروط والمواصفات من الإدارة الهندسية القروية باسيوط نظير دفع جنيه مصرى واحد بخلاف مائتى مليم اجرة البريد ويمكن الاطلاع على الرسومات بالإدارة الهندسية (١٨٨٦)

هولندي في زيارة بنت النيل

لقد زرت جامعة فؤاد الاول . انها جامعة فخمة جدا . وقد أعجبت بصالة احتفالاتها وكان من حسن حظي أن حضرت فيها حفلة لجماعة الموسيقى بكلية الحقوق . كذلك زرت الاقصر وشاهدت آثار أجسادكم قدماء المصريين . ولم تفتنى بالطبع زيارة المتحف المصرى بالقاهرة فهو متحف فريد بين أمثاله فى بلاد العالم . ثم وجهنا اليها بعد ذلك سؤالاً عن العمل الذى تقوم به فقالت انها تعمل كسكرتيرة لوالدها فى السفارة ولكنها لن تستمر فى العمل لانها مخطوبة لمهندس هولندى وستتزوج عما قريب .

وسألتنا هى بدورها سؤالاً عن الطلبة والطالبات فى مصر وهل يعملون أثناء دراستهم فقلنا لها ان أغلبية الطلبة لا تعمل ولكن مجلة بنت النيل أنشأت مكتباً يبحث للطلبة عن عمل وقد نجح المكتب فى رسالته وأوجد عملاً لـ ٤٠٠ طالب فى السنة الماضية .

ثم سألتنا مرة ثانية : هل توجد عندنا قاضيات ونائبات ومحاميات فقلنا لها ان كرسى القاضى وحقوق الترشيح للنيابة والانتخاب محرم على المصريات ، ولكن توجد محاميات عندنا . . . فعلمت على ردنا هذا بقولها : كيف تمنحون المرأة حق شغل بعض الوظائف دون الأخرى . ان اقراركم بصلاحية المرأة للعمل يجب

فى تركيا وعشت فيها فترة طويلة من الزمن . اننى لأستطيع أن أدخل معكم فى تفاصيل عن مصر لاننى لم أمكث فيها المدة الكافية حتى أحكم عليها حكماً صائباً . . . ولما سألتناها عن الأماكن التى زارتها وأياها استرعى انتباهها ، سرحت ببصرها فى الفضاء قليلاً كأنما تسترجع الصور والمعانى فى ذاكرتها واستطردت تقول :

زارت مجلة « بنت النيل » فى منتصف الشهر الماضى الانسة ايدين جومانز كريمة القائم بأعمال المفوضية الهولندية فى مصر وقد انتهزنا هذه الفرصة لنحصل على حديث خاص منها هو أول حديث تدلى به لصحيفة مصرية . . .

سألنا الانسة ايدين السؤال التقليدى الاول : ما الذى أعجبك فى مصر ؟ قالت بعد لحظة من التفكير : ان مصر بلد جميل وهى من أجمل بلاد العالم طراً . . . وأنا لست غريبة عن الشرق كما قد تظنون ، فقد ولدت

سياف

صندوق معاشات
الصحفيين بالملكة المصرية

الجائزة الأولى

جنيص مصرى
على الأقل

ثمن التذكرة ٢٥ قرشاً

السحب : ١٤ يوليو سنة ١٩٥٢
السياف : ١٣ يوليو سنة ١٩٥٢

راكبات الجبال يزررن مصر

كانت ملكات الجمال في زيارة مصر في الشهر الماضي والمتتبع يجد أنهن كن قبل كل حفلة أو عرض أزياء يزررن مكانا معينا يتأكدن فيه من سلامة جمالهن ويصفقن فيه شعرهن . ومن الطريف أن كل واحدة منهن كانت تود أن تلمح جسدها الشمس حتى يصبح لونه نحاسيا بديعا فتكتسب بذلك سحر الشرقيات وتضيفه الى جمال الباريسييات . ولكن لم يكن من السهل أن تؤثر في أجسامهن الشمس المحرقة لقصر المدة التي قضينها في القاهرة ولكن بالرغم من هذا كانت بشرتهن قد أضحت سمراء وزادت فتنتهن أكثر من ذي قبل !

وفي الواقع أن كل ما حدث هو أن ملكات الجمال قد قمن بالعناية بجمالهن في معهد التجميل العلمى أما السمرة التي نلنها فقد كانت عن طريق أشعة الشمس الصناعية التي لها نفس ميزات أشعة الشمس الطبيعية وهذه الميزة أيضا قد حصلن عليها في معهد التجميل العلمى ٣٧ شارع عبد الخالق ثروت .

وقد جاءتنا الانباء من باريس تفيد بأن ملكات الجمال يتحدثن دائما عن الخدمة الجليلة التي أداها معهد التجميل لجمالهن .

الانسة صوفى ملكة جمال مصر بين يدي الاختصاصى في تصفيف الشعر



ملكة جمال الدانمارك توقع اسمها في السجل الذهبى لمعهد التجميل العالى

ملكة جمال الدانمارك وملكة الاناقة في باريس يختاران دهان الاظافر الذى يناسبهما





شعركم من جديد



مشكلة سقوط الشعر أسبابها وعلاجها

للدكتور حسن الحفناوى
أخصائى ومدرس الامراض الجلدية بكلية طب القصر العينى

يسهل على شعرات الفرشاة ان تنفذ خلال شعر الرأس وتصل الى جلد الرأس ويمكن استعمال فرشاة من السلك بدلا من الشعر وذلك عندما يكون شعر الرأس قصيرا وخاليا من الالتهابات ولتفريش الشعر فوائد جمه أهمها توزيع المادة الدهنية على سطح الشعر وتنبيهه بصيالات الشعر

طريقة استعمال الفرشاة:
يجب ان لا يفرش الشعر بشدة • وألا يمشط بحركة واحدة سريعة من جلدة الشعر الى نهايته اذ أن هذه الحركة تسبب انتزاعه وتقصفه - والطريقة المثلى لتفريش الشعر هي ان يبدأ بفصل الشعر الى خصل متفرقة بواسطة المشط والاصابع ثم تمسك كل خصلة منها وتفرش جزءا جزءا ابتداء من نهايتها الى منبتها - وطريقة تفريش كل خصلة هي ان تمسك هذه الخصلة باليد اليسرى من أعلى وتمشط باليمنى الى اسفل، ويتبع ذلك مع باقى الخصل • وإذا كان الشعر ضعيفا فيستعمل مشط بأسنان متباعدة •

ويجب أن تدلك فروة الرأس بالضغط على عظام الجمجمة مرة على الاقل فى اليوم ، لمدة خمس دقائق :
أما غسيل الرأس : فان

الصلع الوراثى المبكر :
ويبدأ عادة بعد سن العشرين وهو كثير فى الرجال قليل فى النساء •

وقد يكون سقوط الشعر نتيجة لحالات مرضية عامة بالجسم او اضطراب فى الغدد الصماء أو مرض جلدى أو نفسى أو عصبى أو تسبب من العقاقير أو لجهود عقلية شديدة والآخر صعب فى علاجه اذ يستندعى مدة طويلة فى العلاج •

اما الحمل والرضاعة فلهما فعل واضح فى سقوط الشعر او ضعفه على الاقل •
العناية بشعرك :
وقبل ان ابدأ فى علاج اهم حالات سقوط الشعر اقدم بعض النصائح التى تساعد على الاحتفاظ بلون الشعر ورونقه ونموه الطبيعى مثل :

مسح الشعر بالفرشاه :
يجب ان تكون الفرشاة المستعملة ذات خصل منفصلة بمسافات منتظمة متساوية عن بعضها البعض كما يجب ان تكون الشعرات الوسطى فى كل خصلة اطول من الشعرات الخارجية حتى

للاصابة بحب الشباب • واذا ماسقط أغلب شعر الرأس نتج نوع من الصلع يسمى الصلع الدهنى •

الصلع نتيجة القشور الدهنية : وهذا سببه انه فوق وجود الافراز الدهنى بفروة الرأس يحدث للمريض عدوى بميكروب خاص ينتقل اليه بواسطة آلات الحلاقة والفرش والامشاط أو الفسوط المشتركة • وفترة ظهور القشر بالرأس هي فترة انذار بسقوط الشعر بغزارة وتلك هي الفرصة التى يمكن فيها ارجاع الحالة الى اصلها قبل استفحال الامر وموت الجذور الشعرية نهائيا • ومن نعم الله أن ذلك السبب نادر جدا فى السيدات والا رأينا كثيرا من سيداتنا الجميلات يسرن فى الطرقات برأس لامعة صلعاء • وهذا الاختلاف فى المرأة عنه فى الرجل ناتج من اختلاف الافرازات الداخلية فى الجنسين حتى كاد هذا النوع من الصلع يكون مقصورا على الرجال

الشعر على دقة تكوينه يتصل اتصالا وثيقا بسائر أعضاء الجسم فيشاركها ضعفها وقوتها • وهناك تشابه دقيق بين الشعر والظافر فى مادتهما وفى علاقتهما بالدورة الدموية وما ينتاب الجسد من امراض متباينة او نقص فى الغذاء او عدوى بالفطريات وما شابهها •

وسقوط الشعر فى الرجل يختلف عنه فى المرأة ومن اهم اسباب سقوطه **الالتهاب الجلدى الدهنى** الذى ينتج عنه القشر الذى يتساقط من فروة الرأس وهذا الالتهاب ينتج عادة من اضطراب فى عمليات الهضم ينتهى بتجمع الاحماض الدهنية فى الدم ولما كانت هذه الاحماض مواد غريبة فيه فان الجسم يفرزها بواسطة الجلد عن طريق الغدد الدهنية فتتهيجها وتزيد نشاطها مما يضطر الجسم الى امدادها بكمية من الدم فيقل تبعا لذلك نصيب بصيالات الشعر من الدم وبالتالي يقل نصيبها من المواد الغذائية التى يحملها الدم فتضعف ويخف الشعر ويسقط تدريجيا •

وامثال هؤلاء الاشخاص يكونون عادة ذوى جلد دهنى يميل الى الاصفرار كما يكثر عرقهم ويتعرضون



استمع قلبك وخذ
فترتين من
السرور
مع فتيان
من القهوة

ان الجواب السريع لتلك التوبات من الاضطراب العصبي والصراع التي تحيى لكل رجل وسيدة تقريبا في هذه الايام الشاقة من الصيف هو 'اسبرو' مع قمع من القهوة .. وهناك سبب في أن ذلك يحقق عملا طيبا للغاية: أولا - ان مفعول 'اسبرو' مهدئ وبذلك يزول الصراع الذي تعاني منه بطريقة تجعلك تشعر بالهدوء والاسترخاء وصفاء الرأس ، وثانيا - بينما يورث 'اسبرو' عملا بسرعة ، فان القهوة السائفة تجعل هذا العمل اكثر سرعة كما تضيق في الوقت نفسه تنبيهها مقدرا ما مونا .. ان تناول قمرين من 'اسبرو' مع فتيان من القهوة هو اتحاد مذهن يسترد العافية سريعا .. فجر به !

فكر في جميع المتاعب الأخيرة التي يستطيع 'اسبرو' ان يساعدك في التغلب عليها الصواعك الناتجة عن الطقس الحار ، الأرقط البدر المفاجئ ، التعب الناتج عن الحرارة آلام الحلق والازفانوترا .. الخ

الأسماء في مصر
٢٧ قرصا ٩ قرصين صاغ
٤ أقراص ١ قرصين صاغ
الوكلاء : د. ج. ب. شريان وشركاه
٣ شارع بنك مصر القاهرة ١٠٧٨١١

اعلان
تقبل عطاءات بمكتب حضرة صاحب العزة مدير عام مدينة فاروق الاول الجامعية بالجيزة عن المناقصات الموضحة بعد لغاية الساعة الثانية عشر من ظهر التواريخ الموضحة امام كل مناقصة : ١ - مراتب ومخدرات يوم الاثنين ٧/٢١ ١٩٥٢ - ملايات واكياس مخدرات يوم الاثنين ٧/٢١ ١٩٥٢ ٣ سبطاين يوم الاثنين ٧/٢١ ١٩٥٢ ٤ - سراير معدن سفري ٥ - لمبات كهربائية نقالي للمكتب ٦ - كراسي خيزران للمكتب يوم ١٩٥٢/٧/٢٤ ويمكن الحصول على الشروط الخاصة بكل مناقصة من المناقصات الموضحة بعاليه نظير ٢٠٠ مليم لكل كراسة يضاف اليها مبلغ ٣٠ مليم اجرة البريد ، وتقدم الطلبات على ورقة تمغة قيمة خمسين مليمسا وللمدينة الحق في قبول او رفض أي عطاء بدون ابداء الاسباب (١٩٣١)

+ جليسرين في كحول .
أما عند السيدات حيث يصعب قص الشعر فيوضع المرهم سابق الذكر في المساء مرة كل اسبوع على ان تغسل الرأس صباح اليوم التالي ويستعمل الغسيل الذي ذكرته ايضا في ايام الاسبوع الباقية .

و يجب ان يستمر العلاج كي يجدي مدة لا تقل عن شهرين وتصل الى ٣ شهور وهناك مستحضر طبي يسمى تريكو فيلينا Tricofilina يقوى بويصلات الشعر ويكسبه لمعانا وليونة ويقيه شر التقصيف والتكسر ويدهن كل مساء مع الدواء جيدا

والاشعة البنفسجية تفيد كثيرا في بعض الحالات وعدد الجلسات غالبا يقرب من عشرين جلسة حتى يجدي العلاج ويجب ان تكون تحت اشراف الطبيب

اما فيتامين ب المركب والكلسيوم وفيتامين د - والحديد والمقويات - والتقليل من النشويات والدهنيات والحبوات والحريقات والشيكلاتات فهي اهم ما يتبعه المريض في غذائه

كما يجب مقاومة الامساك ان وجد والحرص على القيام بالالعاب الرياضية والاكثار من الغذاء الذي يجعل البول ميالا الى القلوية في تفاعله مثل الخضروات الطازجة - واذا لزم يجب اخذ ستترات الصودا الفوارة قبل الاكل ثلاث مرات يوميا .

دكتور حسن الحفاوي

كانت الرأس دهنية فيجب غسلها مرة في الاسبوع للسيدات ومرتين للرجال . ويجب ان يستعمل ماء عذب لان الماء الملح اذا غسل الشعر به ترسب الاملاح التي فيه على الشعر وتسبب له جفافا يتبعه تقصف في الشعر .

فاذا كانت الرأس جافة يجب استعمال صابون كثير الدهن او صابون جليسرين ثم استعمال شامبو البيض وهو مكون من : صفار بيضتين + ملعقة شوربة زيت زيتون + عصير نصف ليمونة - هذا الشامبو ينظف الرأس من القشور والمواد الدهنية ويعطي الشعر لمعانا - ويترك الشامبو ساعة ثم تغسل الرأس بالماء الساخن - ثم يجفف الشعر برفق

اما استعمال شامبو مكون من مقادير متساوية من الكحول والصابون الطري وروح اللافندر فهو من احسن الطرق لتنظيف الرأس .

اما العلاج فساقصر كلامي فيه على الحالة التي هي اكثر انواع سقوط الشعر عند الرجال والسيدات وهي حالة سقوط الشعر نتيجة القشور :

يستحسن ان يقص الشعر أو يحلق عند الرجال وليستعمل المريض مرهما مركبا من : الكبريت المرسب + حمض سلسليك في المساء - ويغسل الرأس بصابون كبريت في النهار . ويستعمل غسيل مكون من السليماني وحمض السلسليك + الريزرسين

تلك العقارات فى جـرع دون الحد الأدنى فلما جاء الوقت لاستعمال هـذا العقار فى جرعاته القانونية كانت خلايا الجسم مشبعة بمادة مضادة لهذا العقار وهو مايسبب ظهور اعراض الحساسية التى يتألم منها المريض اشد الالم اذيصحبها تورم واحتقان وذلك بسبب تهيج الخلايا بهذه المادة التى نتجت عنها الحساسية .

وفى هـذا انذار كاف لهؤلاء الذين يستعملون العقاقير دون استشارة الطبيب .

تليفون بنت النيل
٤٩٦٦٨
٤٠٦٨٤

ركبات السلفا والبنسلين إساءة استعمالها فى علاج امراض العين

للدكتور فريد مسعود

ان تفحص كل العلاجات بنفسها وتختار منها الذى يناسبها ، وقد استعملت فعلا الكثير من العلاجات بطريقتها الخاصة فكان ان نتج عن سوء هذا الاستعمال حالة خاصة من الحساسية ضد كثير من العقارات بحيث انها اذا وصف لها الطبيب عقارا ما بالجرعة الطبية المعروفة فسرعان ما تظهر عليها اعراض الحساسية للسبب السالف ذكره ، والسبب هو انها استعملت

وفى نفس الوقت تكون غير ضارة بالمريض وهذا التقدير لايتوافر اجراؤه عندالمريض العادى الذى يهـرع الى الصيدلية ليشتري الدواء ويتعاطاه ارتجالا كما هو الحال للأسف عند كثير من الناس فى هـذه الايام . والحالة الآتية توضح بجلاء الضرر الذى يحدث من هـذا الاستعمال الارتهالى :

السيدة : ن. ز. متعلمة ومثقة وتظن ان فى مقدورها

فى هذا الوقت الذى كثر فيه استعمال مركبات السلفا والبنسلين من غير مشورة الطبيب يحسن ان نوجه كلمة تحذير عن الاضرار التى تنتج فى كثير من الاحيان نتيجة لهذا . ذلك انه من المعروف ان لكل عقار حدا أعلى للجرعة وهو الحد الذى اذا زيد عنه كان فيه خطر على المريض ، اما الحد الأدنى فهو الذى اذا قل عنه اصبحت المناعة التى للميكروب المسبب للمرض مصدر خطر للمريض ولذلك فالطبيب هو خير من يقدر مقدار الجرعة التى تعطى من هـذه المركبات بحيث تكون كافية للقضاء على الميكروب المسبب للمرض ،

S.P.M.O

رحلات سعیده بطائرات سعیده



للإيجار

الخطوط المصرية للطيران الدولي

ثلاث رحلات اسبوعية
الثلاثاء
الجمعة
الأحد

القيام من القاهرة الساعة ١٠ صباحا
العودة من بيروت الساعة ٤ مساء

القاهرة

١٢,٠٠٠ جنيهها ذهابا

٢١,٦٠٠ جنيهها دهابا وايانا

٤٠ كيلو غرام مجاناً

للاستعلامات وميز التذاكر اتصلوا بمكتب الشركة ٣٧ شارع عبد الحالى شرف بانيات ٥٨٥٨٥ - ٤٢٤٤٦ بالقاهرة

سينما مترو

تقدم

كلارك جيبيل

وآفا جاردنر

فى مشهد من فيلم

مترو جولدين ماير

نجمة القدر



الذى يروى قصة ضم
تكساس الى الولايات المتحدة
عام ١٨٤٥ وهى قصة مثيرة
حافلة بشتى المغامرات
والاحداث الجسام ويشترك
فى بطولة هذا الفيلم الكبير
الذى ستقدمه قريبا سينما
مترو بالاسكندرية على
شاشتها مجموعة ممتازة من
أبطال الشاشة النابهاين
أمثال برودريك كراوفورد
وليونل باريمور وغيرهما
وهو من اخراج فنسنت
شبرمان •



نامى ... فى أمان

انظري معى الى هذه
السيدة البدينة التى تجلس
فى صالون القطار ... لقد
ابتدأت تقرأ فى مجلة
موضوعة على ركبتيها ...
لاحظي عينيها لقد ابتدأت فى
النعاس • ثم تمنى فى
رقبتها لقد انشنت هى
الآخرى ... أليس هذا من
الغريب ؟

ويا ليت الامر قد اقتصر
على هذا ... لقد ابتدأت
فى اخراج أصوات مزعجة
منفرة ... انها أصوات
لا تطاق •

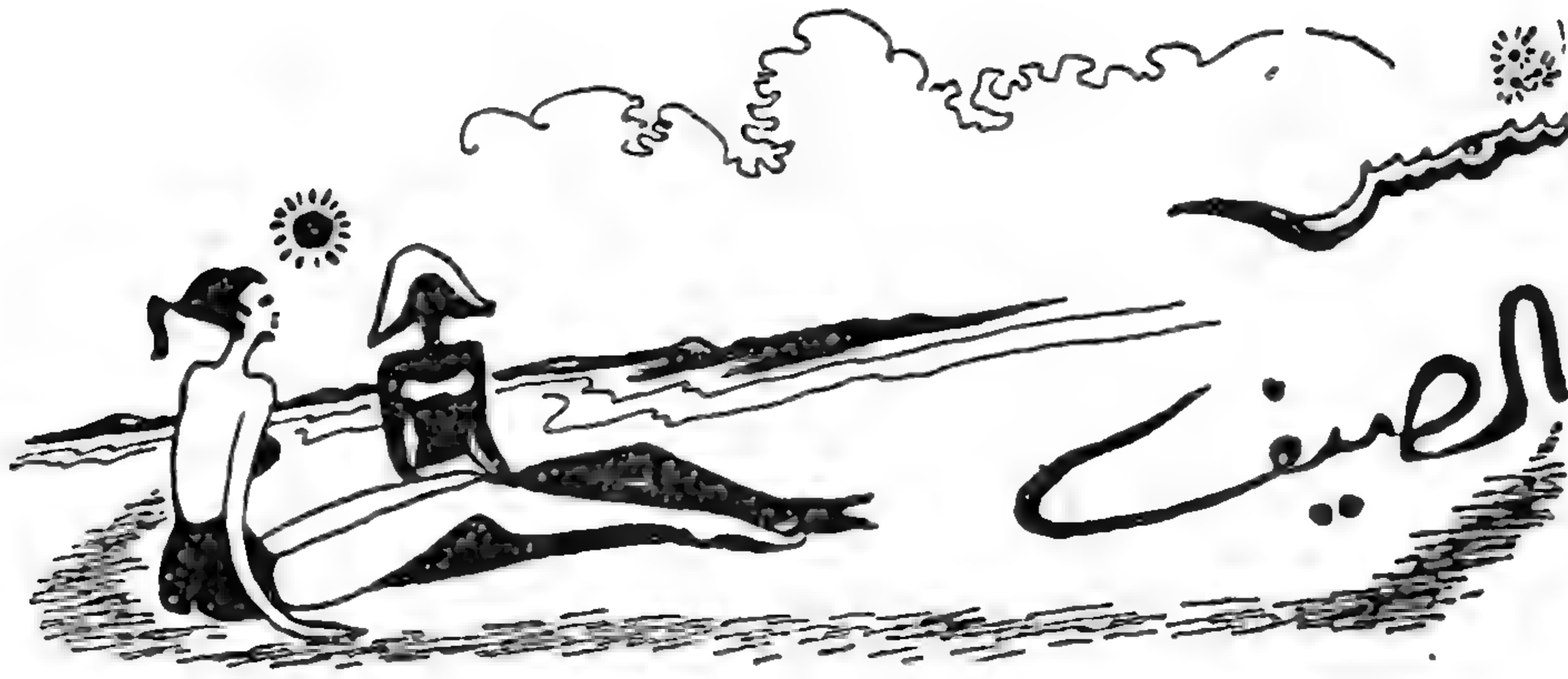
ان للنوم أصولا وقواعد
يجب أن تتبعها ياسيدتى
حتى تستريحى وتريحى •
وأول ما يجب وضعه نصب
عينيك هو أن تنامى مبكرة
قدر الامكان • فجسمك فى
حاجة الى ٨ ساعات من
الراحة يوميا •

وثانى ملاحظة هى أن
تحاولى النوم فى استرخاء

من أطرف ما سمعت
أخيرا أن احدى السيدات
الشهيرات كان من عاداتها
الاصيلة التى لا تستطيع
النوم بدونها اخراج قدميها
من طرف السرير ويقال ان
السبب لم يكن طولها المفرط
ولكنه تعودها على ذلك منذ
صغرها « والعادة طبيعية
ثانية » كما يقولون •

وأنا شخصيا لى قريبة
لا تستطيع أن تنام فى سرير
الا اذا كان موضوعا فى غرفة
بحرية • ولو سألتها عن
السبب لتلعثمت •

ان النوم نعمة من النعم
الالهية التى منحها الانسان
وقليل من الناس من يستطيع
النوم فى أى وقت وفى أى
مكان • وهذه القلة سعيدة
ولا ريب حتى ان الحسد
ليخالجنى كلما صادفت أحد
أفرادها • وأعتقد يا سيدتى
ان مثل هذا الحسد قد
انتابك أنت الاخرى فى
بعض المناسبات •



تبدأ العطلة الصيفية عند النساء
من اليوم الذي يخلعن فيه جواربهن
ويستقنن عن ارتداء القبعات ويلقن
كل لباس يفصايق أجسامهن ،
وينسبن همومهن

ان العطلة الحقيقية للسيدة
المتعة هي العطلة التي تتمكن فيها
من التحلل من مناعب كل يوم ومن
تلك القواعد التي تأسر الحرية
وترهق الاعصاب . ان العطلة الحققة
هي تلك التي تتيح لك يا سيدتى
فرصة تعويض الاجهاد الذى بذلته
خلال فصل الشتاء

على شاطئ البحر :

هيئى لجسمك وبشرتك
فرصة التنفس بحرية ،
ذلك لان للبشرة عدة وظائف
فانها تساهم فى تكييف
حرارة الجسم وتنظيمه .
يضاف الى ذلك انها تقى
الجسم غوائل التأثيرات
الخارجية .




صحتك العامة :

ان أردت الحصول على
بشرة جميلة برونزية فيجب
الأتنى أن امتصاص
الاوكتسيجين وطرد غاز
الكربونيك والماء يتم جزء
كبير منه عن طريق البشرة .
يضاف الى ذلك أن الهواء
والضوء والشمس لها تأثير
حسن على الدورة الدموية
والجهاز العصبى . ان
الحمامات الشمسية على
الشاطئ تتيح للبشرة فرصة
التنفس .

ان أردت الاستفادة من
المفعول الحرارى والكيمياوى
لضوء الشمس الذى ينشط
حركة الدم وان أردت وقف
نمو الجراثيم التى توجد على





زمن العجائب

بطولته

فاتن حمامة

محمود المايحي * سميرة توفيق
حسن مرغان * زوزو نبيل

إخراج
حسن الامام

إنتاج شركة أفلام الاتحاد (عبد الحليم)
توزيع بخنافيم

حاليا

سينما الكورسال ديشي وينا لوكس بالفاهر

تعود اليك بعد الراحة .
ولا تنسى أيضا راحة النفس .
فإنها ذات أهمية كبرى .
أطردى كل مشغولية بال
وذلك بالغناء أو باغماض
العينين وتخيل منظرا جميلا
ذا ألوان مختلفة .

اياك والملابس الضيقة :

ان الاحزمة الضيقة
والاحزمة والجوارب تحول
دون أداء الدورة الدموية
لوظيفتها . هناك ملابس
خاصة تتفق والغرض الذي
جئت من أجله الى المصيف .

حركاتك : ان جلست

فاجلسي على الارض وربعي
ساقيك مع وضع اليدين
عليهما وارخاء الصدر . أو
اجلسي مع ثني إحدى
الساقين تحتك ومد الأخرى
ووضع المرفق على الركبة
والرأس على راحة اليد .
أو ثني ساقيك وصدرك
وضعي رأسك على يديك
المتشابكتين على ركبتيك .

واحتك المثلث : هي

الصمت . افرضي على نفسك
ساعة تخلين خلالها الى
نفسك في عزلة تامة عن
الناس . فقد لاتعلمين أن
الكلام مرهق للطاقة الحيوية .
ان كنت مع أسرتك :
فاطلبي من كل عضو من
أعضائها أن يخلد للصمت
ساعة . عودي أطفالك أن
يناموا القيلولة (بعد الظهر)
أو على الأقل أن يخلدوا
للراحة .



العمل : لاتتكلمي عن

عملك ولا عن مشروعاتك أو
مشاغلك . انسي كل ما من
شأنه أن يرهق أعصابك .
قولي في نفسك : أنا في
إجازة ومن حقي أن أتمتع
بها كاملة .

البشرة ودفع غوائل الامراض
ان أردت جعل بشرتك
سمراء ابدئي بتعريضها
تعريضا معتدلا لمدة خمس
عشرة دقيقة تزيد يوما بعد
يوم .



ان كنت عرضة للنمش

صفى الضوء بوضع فوال
أحمر أو بني أو أسود أو رشي
بودرة غامقة على مواضع
الجسم المعرضة للشمس .
وهناك عناصر عازلة للأشعة
فوق البنفسجية مثل
البروميهدرات والبيسولفات
الكينين . ويمكنك استعمالهما
على شكل مرهم أو محلول
أو بودرة .

النمش :

يجب ألا تهمل علاجه .
وان لم تكوني قد احتطت
لذلك في أول الربيع فان
النمش لابد ظاهر على بشرتك
طوال الصيف . وينبغي ألا
تضعي ماء الكولونيا على
وجهك قبل أخذ حمام
شمس أو حمام هواء طلق
فان زيت البرجاموت الذي
يحتويه يسبب ظهور بقع
سمراء يصعب إزالتها .

تعلمي الراحة :

اخلدي الى الراحة منذ
اليوم الاول لعطلتك . فان
كنت متعبة أمكثي في السرير
أطول مدة ممكنة مع فتح
النافذة . استلقي على أحد
الكراسي الطويلة وارخي
عضلات ذراعيك وصدرك
وعنقك وكتفيك .

لاتمارسي تمارينات رياضية عنيفة :

ان قوة عضلاتك سوف

نظارات

ان أغلب سيداتنا المصريات يعتقدن أن لبس النظارات عيب كبير • وان قصر النظر أو ضعفه لا يستحقان إطلاقاً العلاج بلبس النظارات • وهذا الاعتقاد خاطيء وربما كان السر فيه راجعاً الى أن أكثر نساءنا وسيداتنا لم يسعدهن الحظ فيعرفن أى النظارات تلائم شكل وجوههن • وكما ان لكل شيء قواعده وأصوله كذلك نرى أن لبس النظارات يحتاج الى دقة وذوق • وكل سيدة في مقدورها أن تستفيد من نظارتها لعلاج بصرها وتجميل شكلها وابرأز فتنتها •



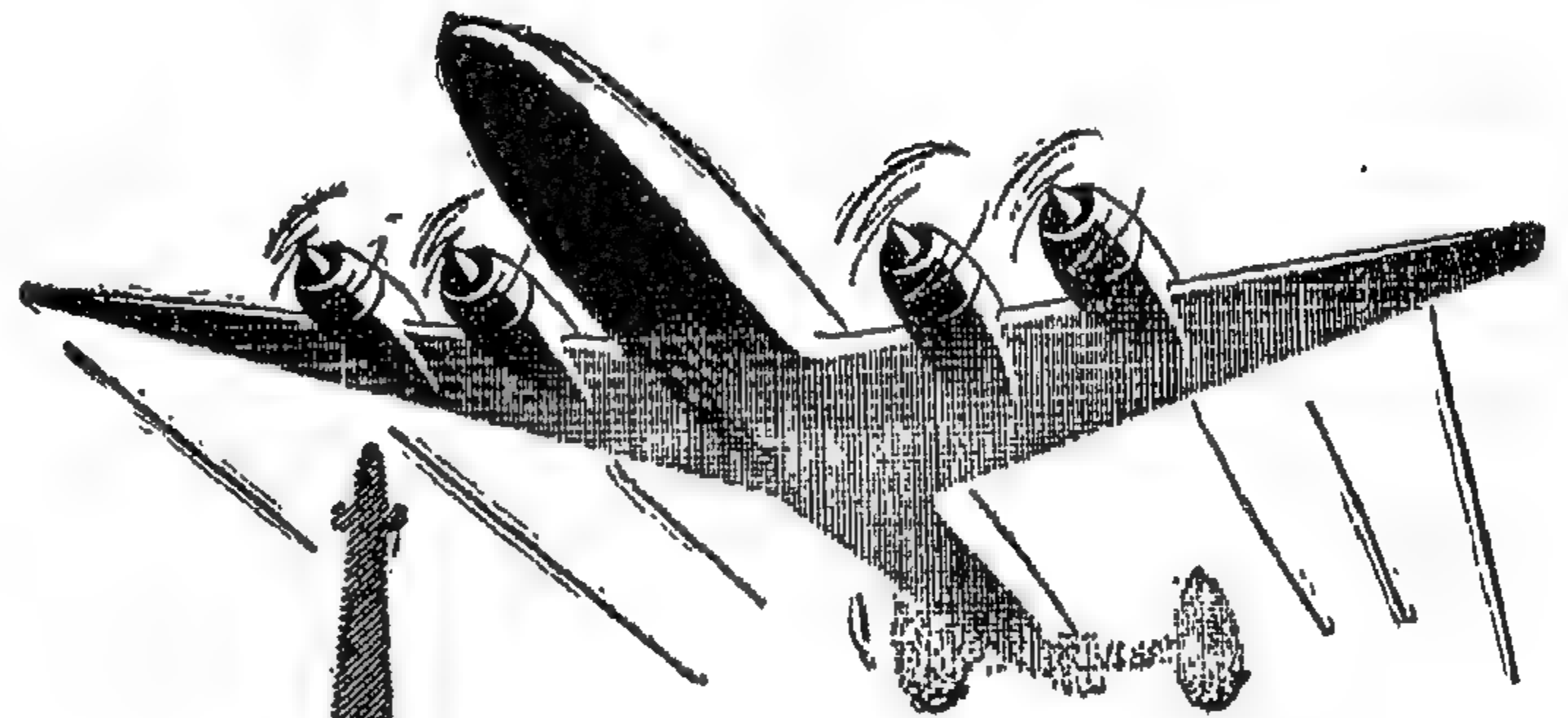
فالنظارات ذات العيونات
المربعة مثلاً لا تناسب إلا
الوجوه المربعة •



أما ذات العيونات
المستطيلة فهي تلائم الوجوه
الطويلة المدببة •



كذلك تجددين ان النظارات
ذات العيونات المستديرة أو
شبه المستديرة تلائم أغلب
أنواع الأوجه •



پاریس

موتور
سناپولی

على الطائرات ذات الـ ٤ محركات الفضة النابغة

شركة مصر للطيران

٢٠ خدمات خدمة العملاء

[illegible]

نقل و حرکت

والحقيقة يا سيدتي ان
مسألة اختيار لون الاطيار
مسألة ترجع الى لون ملابسك
وفى امكانك أن تختارى لون
اطارك بحيث يتلاءم مع
الالوان التى تفضلينها على
غيرها .



تقرأ في هدوء بعد أن قامت بأعمالها المنزلية

في بيوتنا..!

أوحزينين .. يناهض كل
منهما الآخر ...

فكيف يتحقق الهدوء
العائلي الذي ننشده وسط
هذه المشاهدات التي لا تكاد
تنتهي ؟! *

فليحرص كل منا على
سعادة البيت الذي يعيش
فيه ... وبهذا يكفل
لنفسه وأهله أسباب الهدوء ،
ورغد العيش ! عيسى متولى

متاعبه ، وأحزانه ...
أما العنف والعناد فلا
يرجى من ورائهما إلا تفكك
الأواصر ...

وأعرف أسرا إذا اختلف
الزوجان في أمر من الأمور
راح كل منهما يستميل
الأبناء إلى جانبه ... وبهذا
يتحول البيت إلى معسكرين ...

بينما نضسن على البيت
بمكتبة تزودها بمختلف
الكتب الأدبية ، والمؤلفات
العلمية ، فيجد فيها كل
فرد من أفراد البيت متعة
أدبية بقضاء جانب من فراغه
في صحبة كتاب علمي
يفيده ، أو مؤلف أدبي يقيه
شر الفراغ ...

إن مكتبة البيت ألزم لكل
أسرة من تلك الرياش
الحريرية ... والمقاعد
المذهبة ...

ومعظم الخلافات في بيوتنا
تنشأ عن عوامل بسيطة ،
في مقدورنا علاجها بالحكمة
والموعظة الحسنة ... فالكلمة
الطيبة التي شبهها الله في
تنزيله الحكيم بالشجرة
الطيبة ، أصلها ثابت وفرعها
في السماء ، كقيلة بتهدئة
الجو العائلي ، وصفائه ...
والبسمة الرقيقة تستقبل
بها الزوجة زوجها تنسيه

وصف أحد حكماء الغرب
البيت بقوله إنه المكان الذي
يبدو فيه الرجل بارداً
أخلاقه ، وتبدو فيه المرأة
بارداً ملابسها ... وهو
يصور لنا بوصفه هذا
ظاهرة نلمسها في كثير من
البيوت ، فبينما نرى الزوج
خارج بيته رقيق الحاشية ،
مذهب العبارة ، هاديء
الطبع ، وديعاً ، نراه في
بيته عصبي المزاج ، سريع
الغضب ، جاف الأسلوب ...
وبينما نرى الزوجة خارج
بيتها كاملة الزينة ، دائمة
الابتنسار ، نراها في البيت
تهمل زينتها ، مقطبة الجبين ،
لا تهتدأ لها ثورة !
والبيت أولى بالخلق
الطيب ، يعامل به الزوج
زوجه ، وتعامل به الزوجة
شريكها !

ويهجرجر كثير من الرجال
بيوتهم إلى المقاهي والنوادي ،
بحجة أنهم لا يجدون في
البيت وسائل التسلية ...
والواقع أن بيوتنا تفتقر إلى
هذه الوسائل ... وفي
إمكاننا أن نجعل من البيت
جنة ، يجد فيها كل فرد
من أفراد الأسرة متعته
وتسلية ... فتشرق في
أفقه شمس الهدوء
والصفاء ...

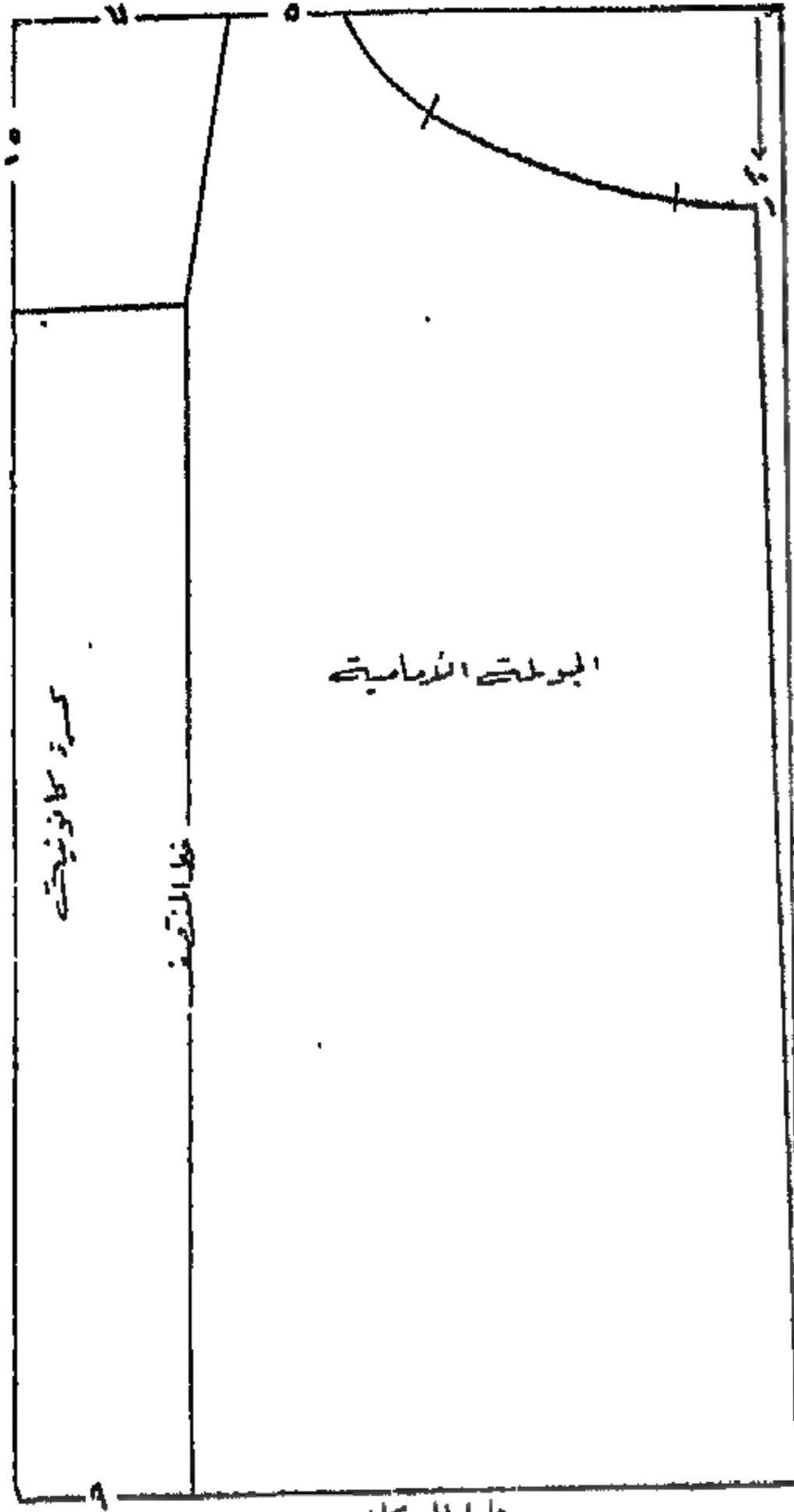
إن هذا الجو العائلي الذي
يضم أفراد الأسرة الواحدة
تحت سقف واحد يدعم
كيان الأسرة ، ويوثق عرى
الروابط !

ونحن نعى عناية كبيرة
بتزيين بيوتنا بمختلف
الفرش والرياش ، وننفق
الكثير في شراء الأثاث الفاخر ،

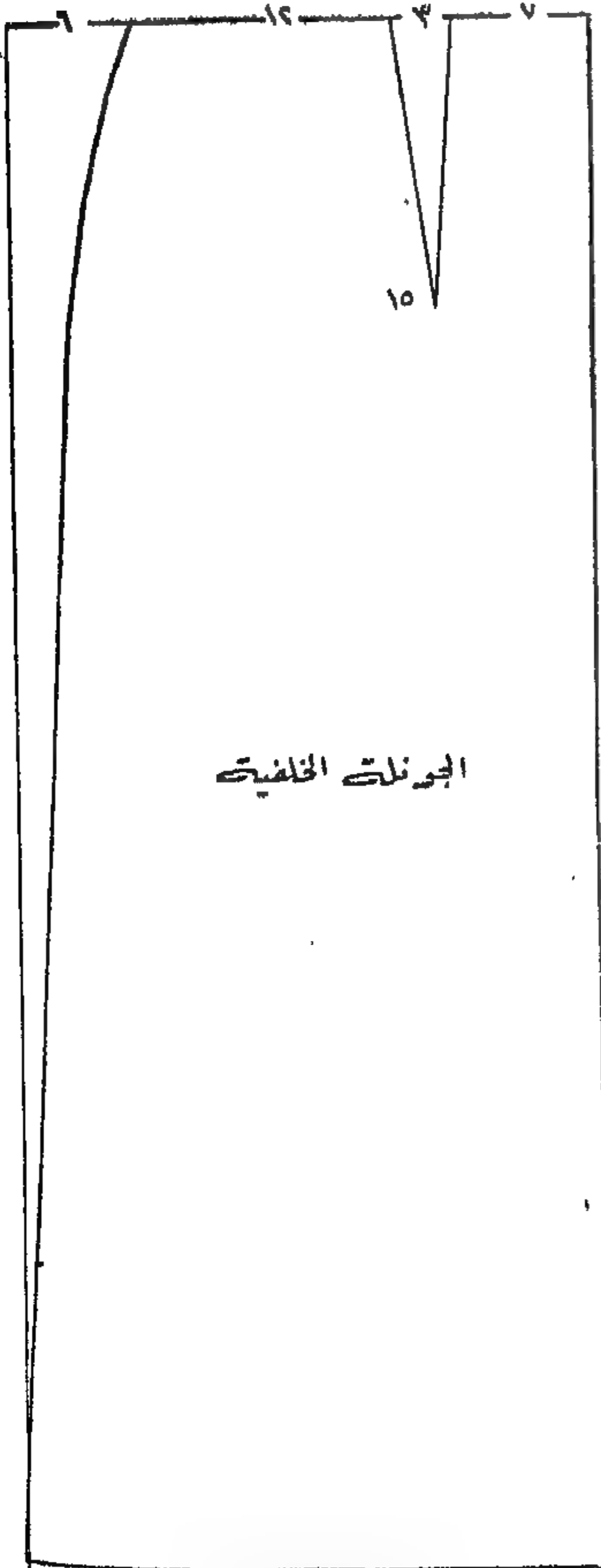
تطالع أمام طفلها لتعوده منذ الصغر على المطالعة



فسات الصيف



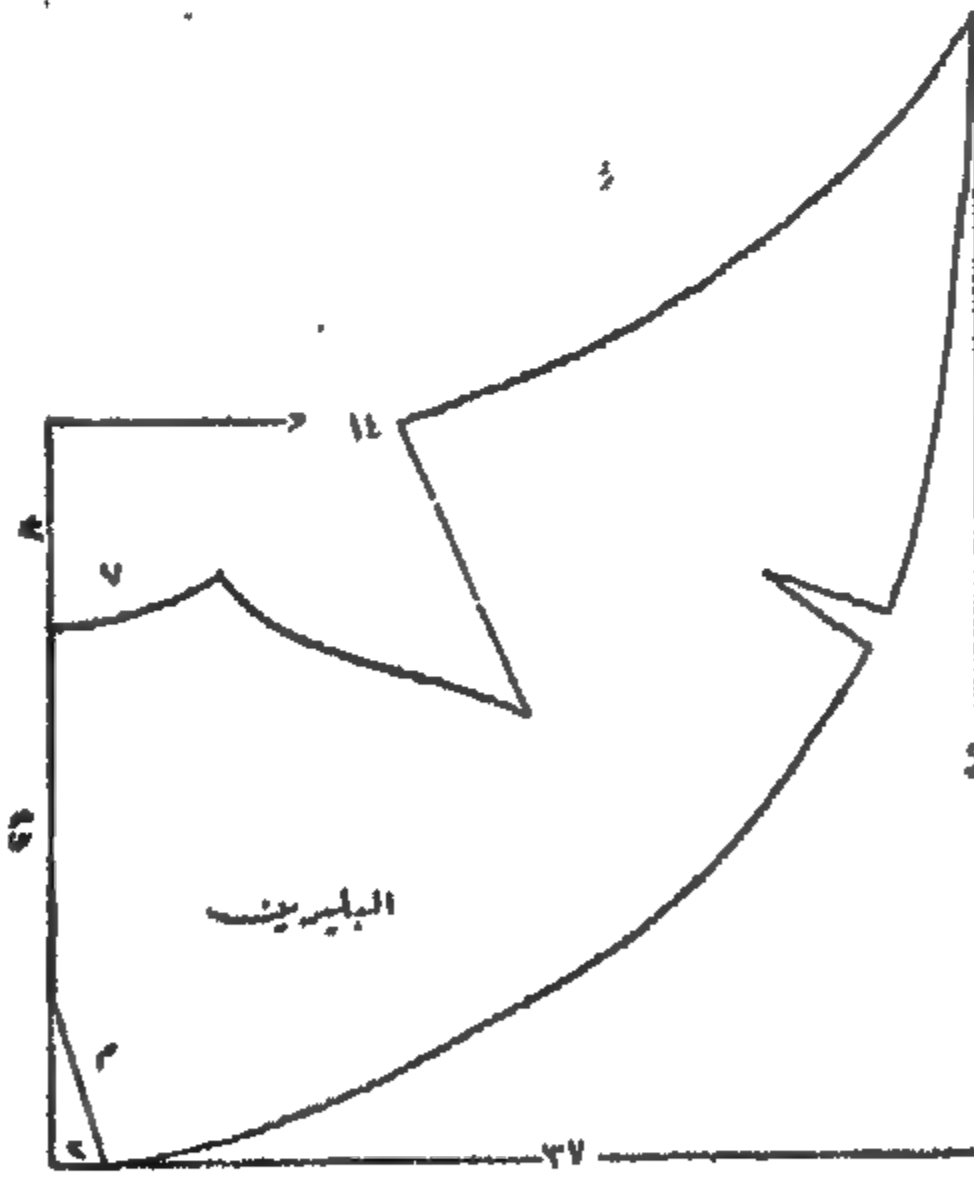
خمسة قروش أو ثمانية قروش لمن تريده بالبريد المسجل .
وقد لاحظنا أن ضيق



طول المستطيل ٧٥ سم
عرض المستطيل ٢٨ سم

المستطيلات بنفس الأبعاد المبينة ثم حدى عليها النقط المبينة بالأبعاد المذكورة على الرسم مع ملاحظة أن هذا الباترون مفصل على مقاس مانيكاف ٤٤ ومقاساته هي كالآتي : ٩٦ محيط الصدر - ٨٠ سم محيط الوسط - ١٠٦ محيط الردين - ٤٠ سم طول الظهر - ٤٣ سم طول الامام - ٧٥ سم طول الجونلة .

وهذا الباترون يمكنك تكبيره الى مقاس ٤٦ أو تصغيره الى مقاس ٤٢ ويمكنك أن تطبى طريقة التكبير والتصغير مجاناً من محلات ميشو . هذا ويمكنك الحصول على هذا الباترون جاهزاً (مقاس ٤٤) من محلات ميشو ١٥ شارع فؤاد الاول بالقاهرة نظير

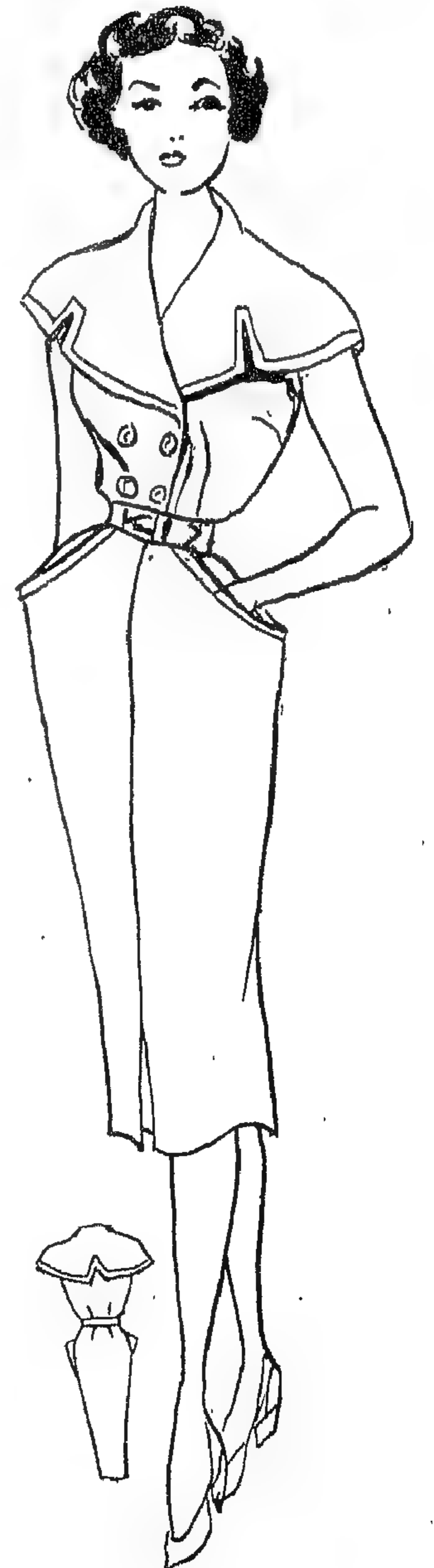


بأنفسهن حسب الرسوم التى نقدمها كل شهر لتبين لنا أن هناك عددا كبيرا يصل الى عدة آلاف يستعملن هذه الباترونات ٠ أى أن هناك آلاف من السيدات والآنسات يجدن الحياة ويقمن بأنفسهن بخياطة ملابسهن متى توفر لهن الباترون الصحيح ، والجدير بالنظر فى هذه الظاهرة هو أن السيدة المصرية قد عرفت كيف توفر جزءا كبيرا من نقودها التى كانت تنفقها فى خياطة ملابسها .

ولكن ينقص هؤلاء الآلاف من السيدات والآنسات شىء واحد ذلك أنه ينقصهن طريقة عمل أى باترون لى فستان تريده - أى أنه يعوزهن دراسة التفصيل دراسة دقيقة ونحن اذ نقدم لها هذا الدرس انما نمهد لها باب دراسة التفصيل .

والفستان الذى نقدمه هذا الشهر أنيق بسيط بدون أكمام يغطى الذراعين ببيلرين بشكل كول ويمكن لمن تريد ، أن تركيب له أكماما قصيرة وطريقة عمله هي أن تبدئى برسم

منذ شهر فبراير الماضى ونحن نقدم فى هذا المكان باترونا لفستان جديد ، وقد لاحظنا ظاهرة لها مغزى كبير ، ذلك أن عددا كبيرا من قارئات بنت النيل قد حصلن على باتروناتهن من محلات ميشو فاذا أضفنا الى هذا العدد عدد هؤلاء اللاتي يقمن بعمل الباترون



كوبون

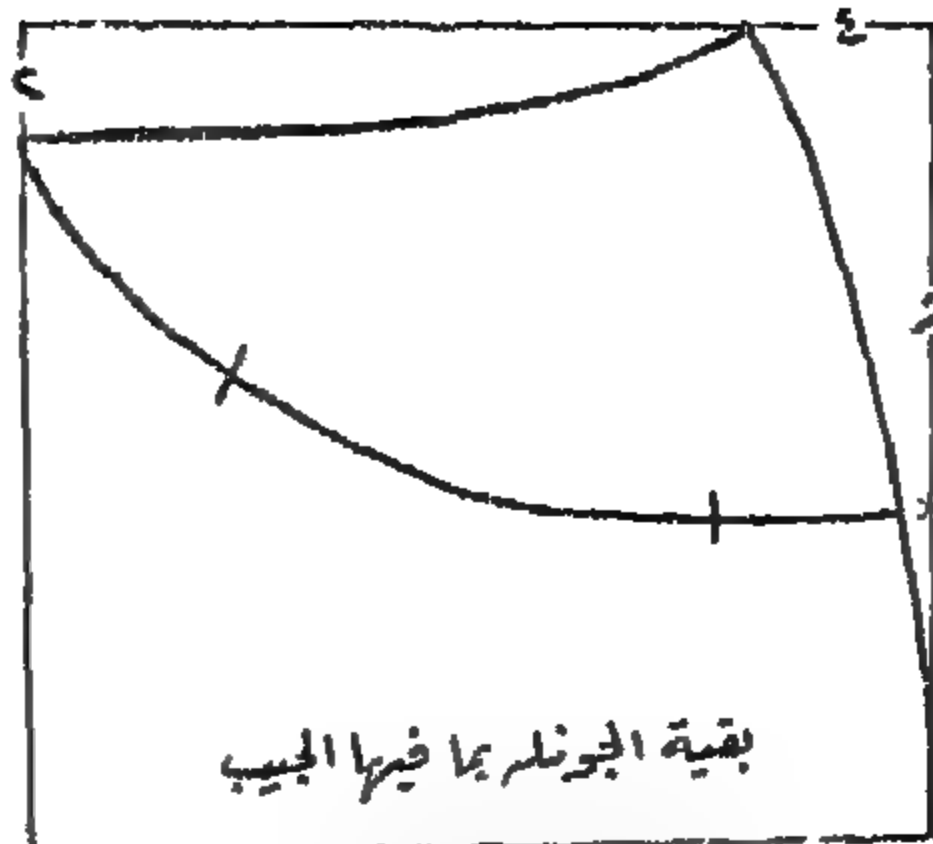
لحاملة هذا الكوبون الحق فى الحصول على باترون للفستان المرسوم وذلك مقابل خمسة قروش أو ثمانية لمن تريده بالبريد من محلات ميشو ١٥ شارع فؤاد الاول بجوار الجرائد أو تيل

وزارة المواصلات - مصلحة النقل

تقبل عطاءات بمكتب حضرة مدير النقل الميكانيكي بسارع مصنع الطرابييس بالعباسية الشرقية بالقاهرة عن السنة المالية (١٩٥٢/١٩٥٣) لغاية ظهر يوم ١ - ٧/١٩ - ١٩٥٢ عن عمليات تجليخ الكرنكات وصب وخرط سميكة اللقم والبيلات أدوات الخراطة والحدادة والتجارة والسروجي ويمكن الحصول على الشروط من الإدارة المذكورة لكل مناقصة مقابل دفع ٥٠٠ مليم يضاف اليه مائة مليم اجرة البريد وتقدم الطلبات على ورقة دفعة من فئة الخمسين مليما (١٨٩٤)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات (بوستة قصر الدوبارة) لغاية ظهر يوم ١٩٥٢/٧/٢٢ عن عملية توريد مواسير زهر وادوات مياه لمجلس دكرنس وتطلب الشروط والمواصفات من المصلحة على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما مقابل دفع مبلغ جنيهه خلاف اجرة البريد وكل عطاء غير مصحوب بتأمين ابتدائي قدره ٢ / لا يلتفت اليه (١٨٩٦)

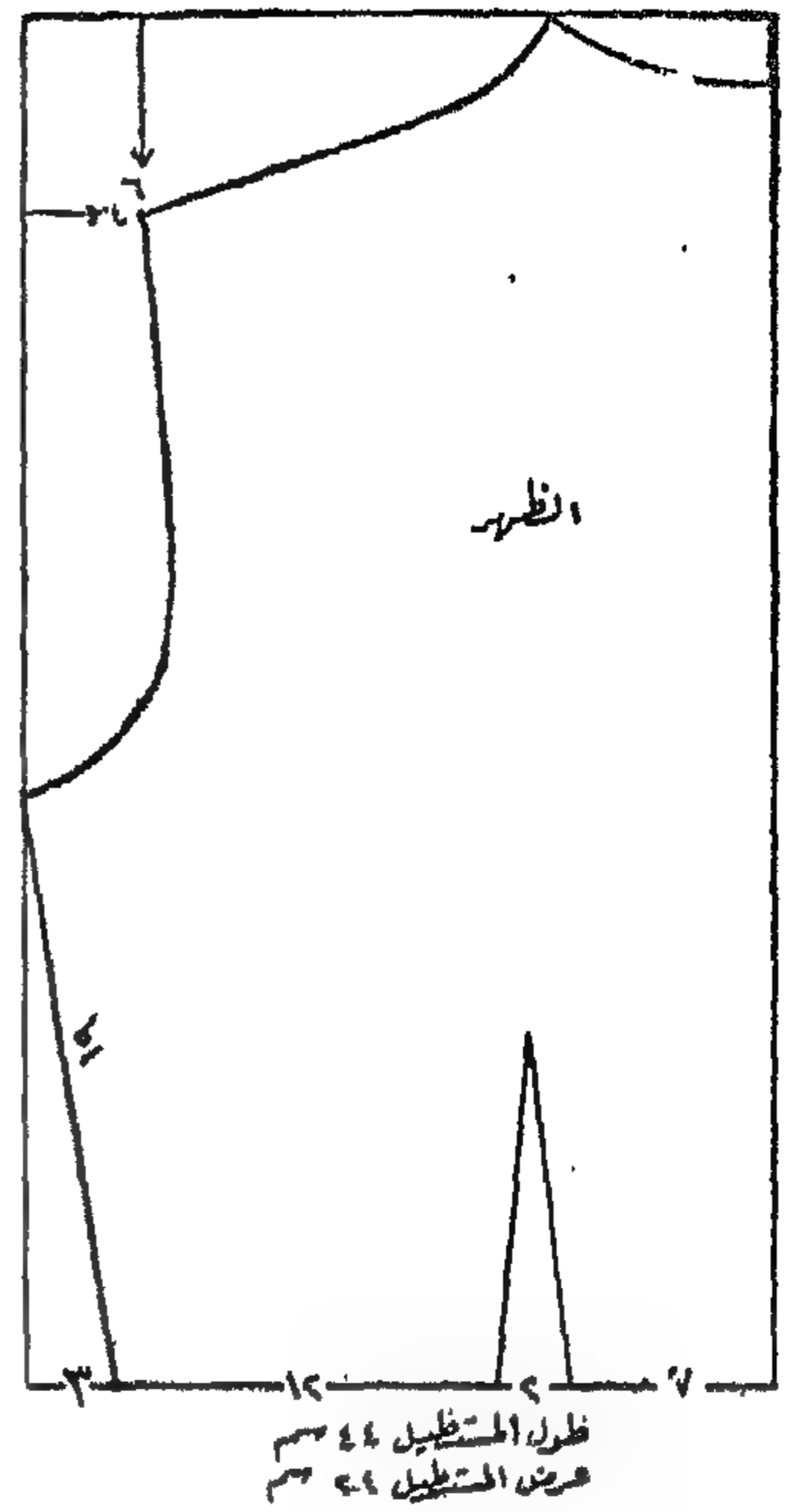


بقية الجوزة بما فيها الجيب
ارتفاع المستطيل ١٧ سم
عرض المستطيل ٢٠ سم

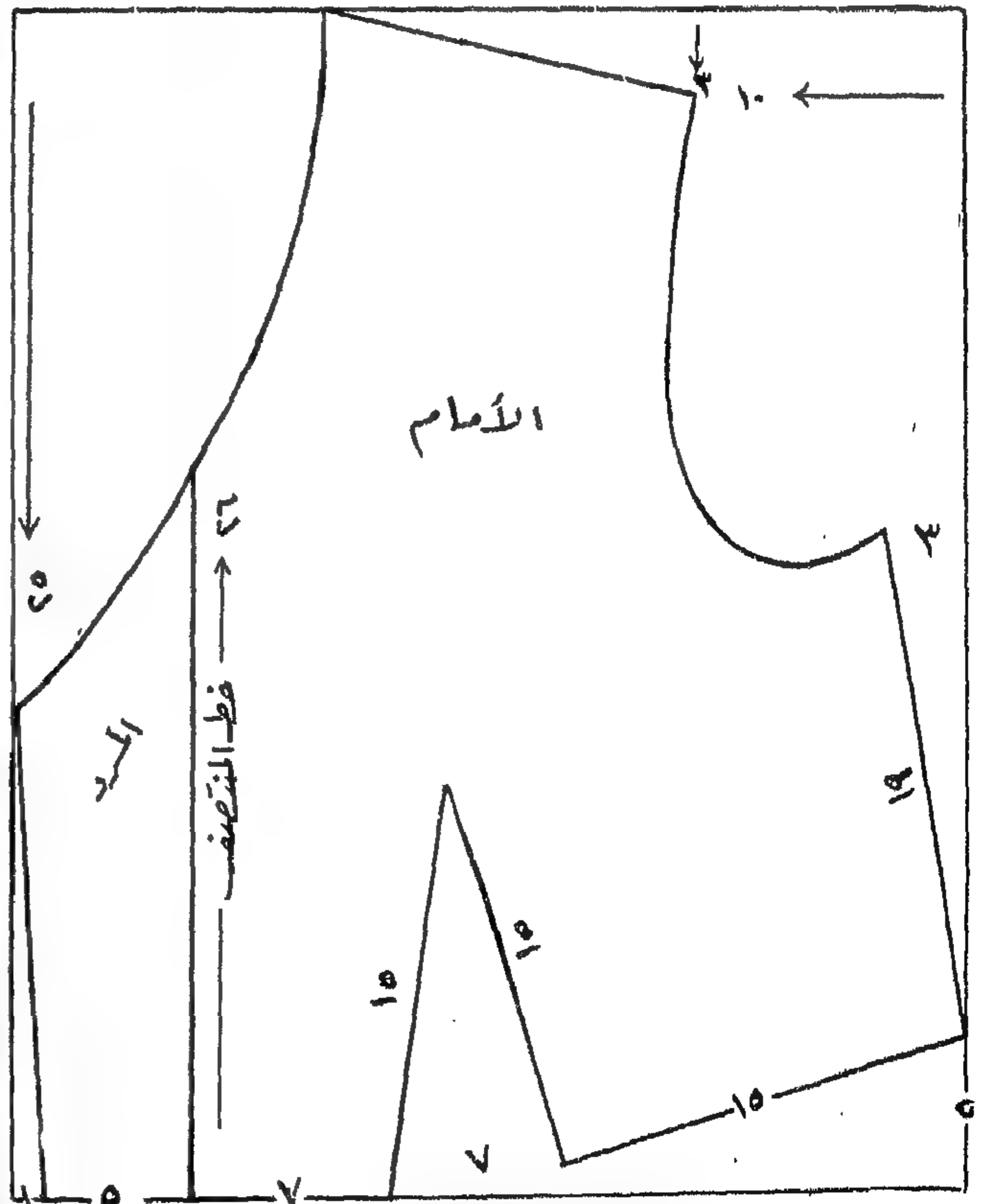
الاجر لهن بعشرة جنيهات تدفع أيضا على قسطين .

ونحن نعتقد أن هذه الخطوة من جانب بنت النيل تعد مساعدة للسيدة المصرية في سبيل مواجهة مشاكل الحياة وضغط بعض نفقاتها . واننا نرحب بكل ما يعين للقارئة العزيزة من الاستفهامات الخاصة بالخياطة .

التفصيل خلال العطلة الصيفية وفي أقل مدة ممكنة على أن تبدأ هذه الدروس من يوم ١٠ يولييه الجارى بحيث لايزيد الفصل عن خمس طالبات حتى تتمكن المجموعة كلها من تفهم الدرس وبشرط ألا تزيد مدة الدراسة عن شهرين وتتعلم فيها السيدة طريقة تفصيل جميع أنواع ملابس السيدات وبعض ملابس الرجال كالبيجامة والقميص ، كما اتفقنا على أن تكون هذه الدروس مقصورة على قارئات «بنت النيل» وقد حددت محلات ميشو الاجر الخاص بذلك ستة جنيهات للدراسة كلها تدفع على قسطين . أما القارئات اللاتي يردن دراسة خاصة فردية فحددت



المكان لايساعد على اعطاء درس كامل في التفصيل يلم بجميع أنواع التفصيل المختلفة ولذلك اتفقنا مع محلات ميشو على أن تقوم بانشاء فصول لتدريس فن

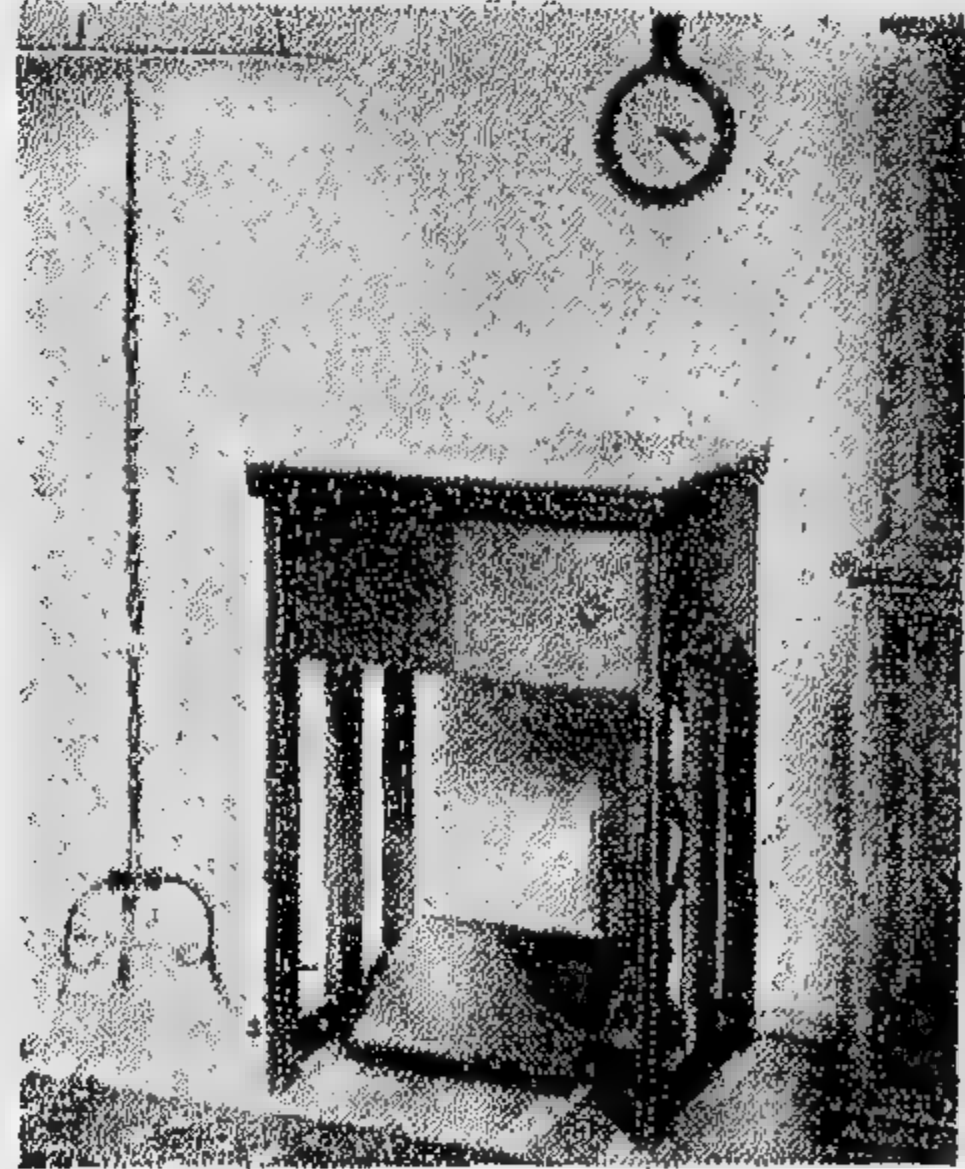


طول المستطيل ٤٣ سم
عرض المستطيل ٣٥ سم

ماكيناك
الخياطة
النسائية



الكونا
زونداب

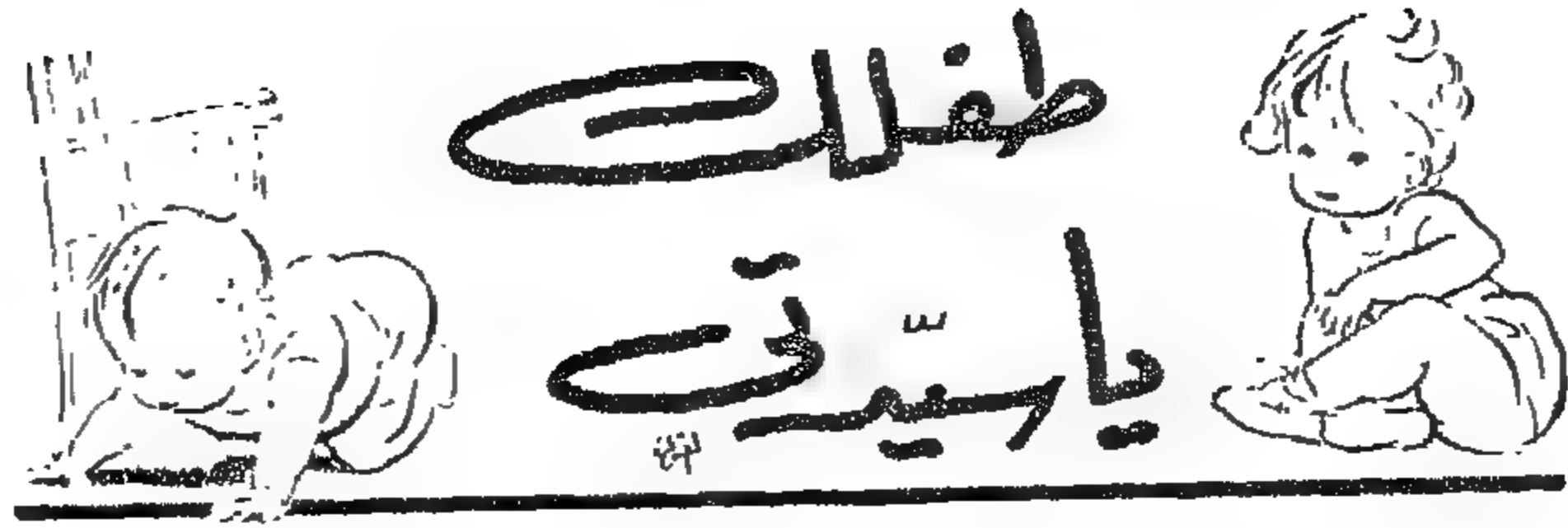


انتيق فاختة تدر بالرجل والكهرباء
من اصدت ما انتجته مصانع المانيا
يمكنك تجربته بالدي الوكلاء الوحدون بالشركة الادوية

مكتب الشرق
١٠ شارع قواد الاول عماره اول طاب
١٠٣

للجاء والهندسة والمقاولات القاهرة ٥٧٤٧١ ٥٧٥٨٩

بالاسكندرية : احمد مصطفى وشركاه ٢٦ شارع سيد الاول
بدمهور : المركز الهندسي المصري شارع مجلس المديريت



قلب وله جسم يتأثر
بالرصاص .
- «ان أختي الصغيرة
سميحة كانت مريضة منذ
يومين ولكنها شفيت . لماذا
لم تمت ؟»

- «ان صحتها قوية ولذا
صمدت أمام المرض . ثم ان
الدكتور أعطاها أدوية
مقوية »

- «اذن ، لماذا لم ينقذ
الدكتور نعيمة من المرض ؟»
- « لقد حاول الدكتور
ذلك ... ولكن نعيمة كانت
ضعيفة . »

- «هل سأرى نعيمة بعد
ذلك أم لا ؟»

- « سوف لا ترينها بعد
ذلك . لقد ذهبت الى مكان
بعيد . ولن تعود . »

- « لقد تشاجرت مع
سميحة في الاسبوع الماضي
وقالت لي انها لا تريد أن
تراني أبدا . هل كانت
تريد موتي ؟ »

- «لا، ان سميحة تحبك
ولكنها كانت غضبانة منك»
- « هل تريد أن أموت
ياماما ؟ »

- « لا بالطبع ، لاني
أحبك ، وأريد أن أراك
بجوارى دائما »

- « وأنا الاخرى ياماما
لا أريد منك أن تموتى لاني
أحب أن أراك بجوارى . »

واستمرت المناقشة هكذا
حتى أرضيت الطفلة ارضاء
تاماً . وأشبع رغبتها
في المعرفة . وأزلت الضيق
الذي حل بصدرها .

ان أهم واجباتك ياسيدتي
أن توضحى لطفلك أنه بالرغم
من الموت الذي يحل بالاعزاء
الذين يحيطون بنا فان الحياة
تسير في تيارها . وان
الموت ان هو الا حادث
عرضي من حوادث الحياة . . .
وان لكل شيء ضده . فكما
يوجد الحب توجد الكراهية .
وكما توجد الحياة يوجد
الموت . . .

أم مجربة

لقد حدث في يوم من
الايام أن أتننى طفلى
الصغيرة من المدرسة وهي
حزينة . ولما سألتها عن
السبب قالت لي ان زميلتها
نعيمة ماتت . وقد أزعجني
الامر في بادئ الامر ازعاجا
عظيماً . واحترت كيف
أواجه المشكلة . ولكني
تبسطت مع الطفلة وتركت
لها الحرية في توجيهه
الاسئلة . فكان أن ساعدتني
وساعدتها في تفهم الامر
وجعله يمر مروراً عادياً .
سألتني الطفلة : لماذا
ماتت نعيمة ؟ فقلت : «لقد
كانت مريضة بمرض صعب
الشفاء » فسألت ثانية :
« ولكن لماذا لم أمرض أنا
الاخرى » قلت : «ان جسمك
أقوى من جسم نعيمة »
وابتدأت أواجه بعد ذلك
طوفانا من الاسئلة . . .

- « هل هناك أسباب
للموت غير المرض ؟ »
- « نعم ، هناك أسباب
أخرى كثيرة . . . »

- «لماذا مات الكلب بوبى
في الاسبوع الماضي . هل
كان مريضاً ؟»

- «لا ، لم يكن بوبى
مريضاً . . . لقد تناول
طعاماً مسموماً . »

- «ان سامية تقول ان
كلبها هي الاخرى قد مات
ولكنه مات بالرصاص .
كيف يموت الكلب
بالرصاص ؟»

- « ان الرصاص يدخل
في جسم الكلب ، في قلبه
فيجعله يقف عن الحركة . »
- « وهل يموت الانسان
بالرصاص أيضاً ؟ »

- «نعم ، ان الانسان له

والده يطالع احدى الجرائد
الصباحية . وفجأة ألقى
الوالد بالجريدة الى جواره
ودلائل الحزن والانفعال
تبدو على وجهه . ثم أخذ
يكلم نفسه بصوت مسموع :
«انها مصيبة ، كيف مات ؟
أيأتى الموت هكذا وبمنتهى
السهولة ؟ ياللمصيبة ،
ياللمفاجعة . . . »

وظهر رد الفعل على
ملامح محسن الصغير
فسأل والدته « كيف يموت
الناس ياماما ؟ »

وكالعادة دائماً تهربت
الام من الاجابة على سؤال
الصغير وحاولت أن تبعد
بتفكيره الى آفاق أخرى . . .
ولكن على الرغم من محاولات
الام ظل السؤال الحائر
في ذهن محسن وعلى لسانه
خاصة وقد فهم من سلوك
والديه أن الموت شيء بشع
جدا والا فما السر أنه جعل
أقرب المقربين اليه في حزن
وهم . . . لقد ربي والدا
محسن في ذهنه شبها هائلا
مخيفاً للموت . . ان هذه
الطريقة خاطئة اذ يجب على
كل سيدة أن تفهم تمام
الفهم أن كل طفل يعلم علم
اليقين أن هناك جوانب
كثيرة في الحياة كلها غموض
وأشباح مخيفة . . والطفل
اذ يعلم هذا يعتمد كل
الاعتماد على والديه في
تفسير هذه الاسرار فاذا
تهربت ياسيدتي من مواجهة
طفلك فكأنك تمنين في
نفسيتك عقداً يستحيل
استئصالها مع الزمن .
وليكن في علمك أن رد
الفعل يزداد عنفاً وشدة
بقدر تصرفك مع طفلك الذي
حاول سنؤالك ولم تشبعي
نهمه . .

في هذا المقال سوف
نعالج مشكلة من أهم المشاكل
التي يجب عليك مواجهتها
بشجاعة . انها مشكلة
تسبب لنا نحن الكبار
الكثير من البلبلة وشروء
الذهن . انها مشكلة
الموت . ان الاطفال أكثر
حساسية لكل ما يلاقونه في
الحياة منا . . ومن ضمن
هذه الاشياء التي يلاقونها :
الموت . . . كيف تدربين
طفلك على سماع أخبار
الموت ؟ وكيف تجعلين الامر
يمر مروراً طبيعياً دون أن
يتترك آثاراً سيئة في نفسية
الطفل ؟

هذا ما سنحاول تبسيطه
لك في الاسطر التالية . . .
جلس محسن الصغير
الذي يبلغ من العمر خمس
سنوات بجوار والده بعد
تناول طعام الافطار . وكان

**ضعف
هزال**

فقر الدم

شراب هيموجلوبين

دشيان

بمرد الدم ونقص القوة - يهضم اشهر لطباء

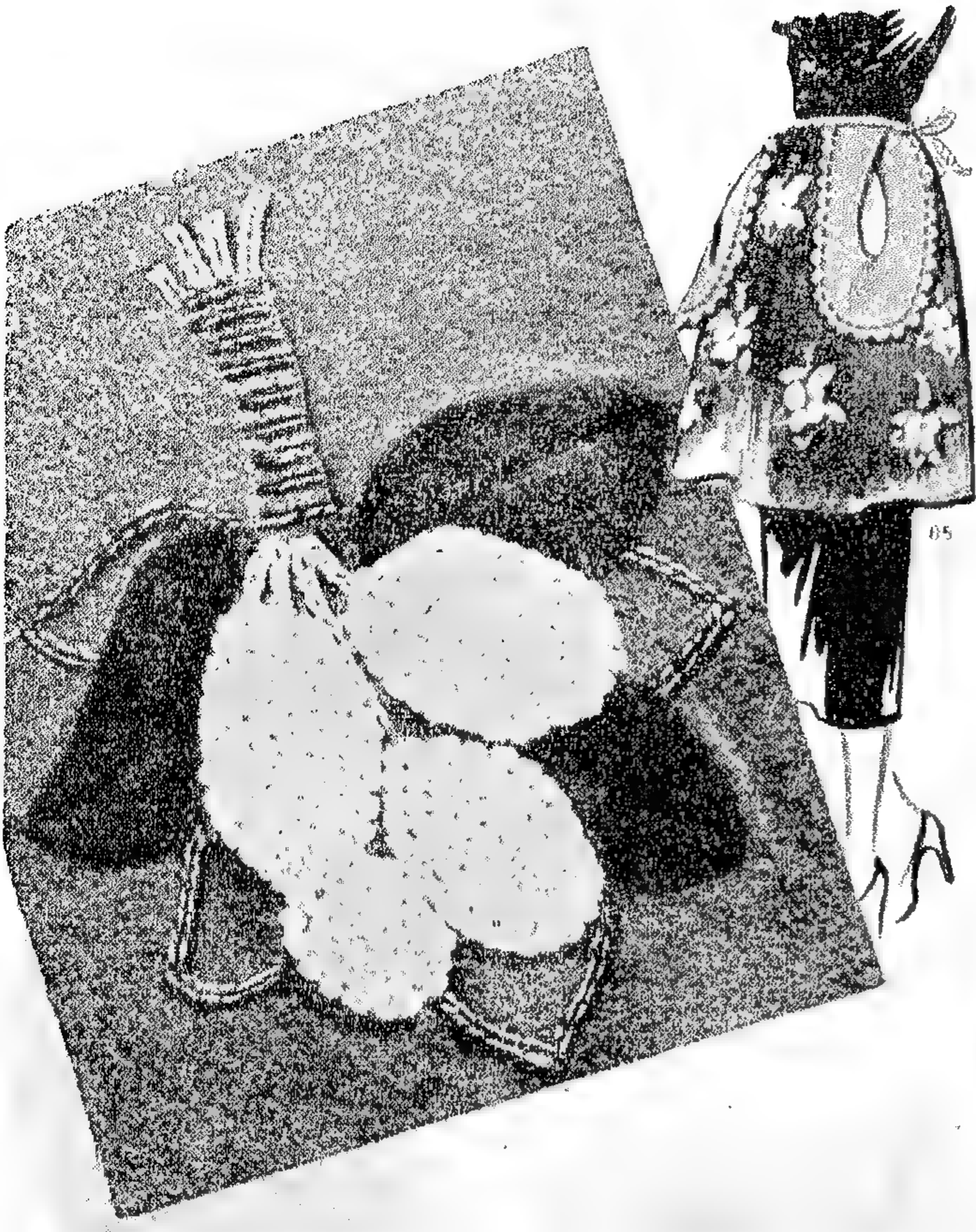
بنو النيل

مجلة نسائية اجتماعية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبتها ورئيسة تحريرها
الدكتورة دُرَيْه شَفِيق
الإدارة ٤٨١ شارع نصر الدين القاهرة
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤



ملابس صيفية لطفلك

اليك مجموعة انيقة من الفساتين والبلوزات لا تكلفك كثيرا لو اتبعت في صنعها الاتي :
اخترى قماش الببكية الابيض او البني الفاتح فهو قماش منسج وبتحمل الفسيل ثم فصلى ما يناسب طفلك على مقاس مضبوط واختارى
زهرة لطيفة وارسميها بشكل بسيط على الصدر كما هو موضح امامك ولا حظي ان تكون الوان الخيط ثابتة وزاهية اللون لتمطى للفستان جيوبه
وابعدى عن الفرز المعقدة ما استطعت ولا تشغلى الا الفرز السهلة وهي البوان دى تيج والفتون البسيط وبهذه الطريقة يظهر بوضوح جمال
طفلك العزيز وهو يرتدى هذا الفستان الانيق



مريلة مبتكرة

هل فكرت يا عزيزتى فى أن تصنعى أدوات أشغالك اليدوية فى مكان أمين تحت يدك وأنت تطرزين فى ساعة فراغك بدلا من علبة الاشغال

اليك موديل مبتكرا لمريلة لطيفة تستعملينها أثناء قيامك بأعمالك المنزلية ولها جيبان كبيران منفصلان عنها بحزام من الكوردون السميك وتستطيعين أن تشبتيهما على المريلة ساعة التطريز وطريقة تفصيل هذه المريلة سهلة : اختارى قطعة قماش من التيل المتين ويكون لونها مثلا رماديا فاتحا وخذى مقاسك بالضبط ثم ارسمى هذه الوحدة الصغيرة وانثريها على المريلة بشكل طبيعى واشتغليها بالغرز الاتية الورق بغرزة بوان دى تيج وباللون الاخضر الزرعى الجميل والزهور باللون الاحمر بغرزة البذور أما الفروع فاللون البنى يناسب اللونين السابقين والجيوب فصليهما على باترون ورق ثم خيطيها وبطنيتها ببطانة مناسبة للونها وثبتي حولها من الخارج شريطا مزخرفا وأخيرا شبكيها بالكوردون المعد على هيئة حزام حول الوسط

بهيره لطفى

بعضوبة فى الصوت
قوة فى الاداء
صندوق من الخشب الثمين

SIERA

راديو سيرا

مدارس

فكر

اللغات الحديثة
التجارة - الحسابات
الاختزال - الآلة الكاتبة

القاهرة ٢ شارع فؤاد الأول
الاسكندرية ٥١ شارع سعد زغلول
مصر الجديدة ١٠ شارع عباس
بورسعيد ١٤ شارع متقى غنوة
طنطا ١١ شارع هدية (ميدان بعام)



انها ثوب واحد وليست ثلاثة أثواب كما يبدو لك
 لاول وهلة • وكل ماهنا لك أننا اخترنا ثلاثة أقمشة من
 أنواع مختلفة لنفس الموديل الذي صنع خصيصا
 لهذا الموسم •

التاريخ تحصل إيطاليا على المركز الأول وتنسوق على فرنسا في ازياء النساء، حيث كان ترتيب فرنسا الدولة الثانية... هذا وقد قوبل كل ما عرض من مصممة الازياء « سنيورا فونتانا » بالاستحسان التام والرضاء من الجميع... وتعتبر ازياء فونتانا في المرتبة الاولى، حيث تمكنت من ارضاء وجلب كبار نجوم السينما الامريكية الى دارها حتى أصبحوا يحضرون خاصة لشراء ومشاهدة اخر تصميماتها.

في الصورة السفلى: ممثلة السينما الامريكية بربارا ستانويك وروبرت تايلور وهما يفحصان احد اثواب السهرة وقد ارتدته احدى موديلات «فونتانا» والشوب مشغول بالتل ومرصع بالحجارة الكريمة.

في الصورة على اليمين برباره ستانويك مرتدية نفس الثوب بعد أن نال استحسانها.



هوليوود تشتري ازياءها من إيطاليا

روما لمراسل بنت النيل

اقيم بمدينة البندقية في التاسع عشر من الشهر الماضي المسابقة الدولية لمصممي الازياء والموديلات. وقد اشترك في هذه المسابقة ممثلون لخمس عشرة دولة، وشغل منصب لجنة التحكيم كبار الاخصائيين في هذه الناحية، ولاول مرة في





ثوب سهرة قصير مصنوع من التل
الابيض ومرصع باحجار صغيرة وقد
ارتدته احدى موديلات «فونتانا»



سنيورا فونتانا تقوم بعمل
البروفة الاخيرة لثوب سهرة
للنجمة السينمائية آن تود
والثوب مشغول بالرازو الابيض
مكلف باشارب مصنوع من
القطيفة وقد رصع الثوب بقطع
صغيرة من اللؤلؤ



مدم اسماعيل كوما أنق
سيدة « بمانيللا » وهي ترتدي
أحد أثواب فونتانا مودا



صنعت مدام كارفن هذا الشوب من قماش
الاورجانزان روديا ذى الوجهين . وهو مفتوح
من عند القياقة الى منتصف الجونيلة وحلى
بازرار مستديرة بيضاء



فستان اسود يرتدى فى حفلات العشاء . وهو
من قماش التوساه . ابتكره بالنسياجا ويمتاز
بديكولتيه مستدير



فستان لحفلات بعد الظهر والمساء صنعه جان
ديسيس من التافتاه الشانتونج ويلاحظ ان
معظمه بليسيه





يفضل « باكان » لفصل الصيف الدانتلا البيضاء . وما هوذا يقدم لنا هذين
الشابين المبتكرين وقد حلاهما بأشرطة عريضة من التفتاه السوداء . ويلاحظ
ان كميتهما طويلان

ان طالبات الجامعة بباريس
يفضلن هذا الفستان البسيط
الذي لا يكلف تفصيله كثيرا



توب من قماش الالباجا الرمادي
ذو قلابات كبيرة ابتكار لانغان



شاندای من الصوف الرقيق
مقلم بالاخضر والابيض .
الجونييلة من الفانييلة الرمادية



↑ فستان من الصوف الخفيف الرمادي الفاتح .
الجونيلة بالورب وبشنيات غير مكوية



→ جونيلة مقلمة (قوس قزح) ترتديها طالبات
جامعة باريس في المحاضرات وتلبس عليها جاكيت
من الفانيلا الخفيفة

↑ وهذا ثوب آخر ابتكرته باريس لطالبات
الجامعة ويمتاز بالبساطة والبعد عن
التكلف



ثياب بسيطة للصيف



يوسف وهبي بك

في تحفة افلام الموسم ٠٠٠ بنت الهوى
مع : فائق حمامة ، تقيه كاريوكا ، ماري منيب ، زينبات صدقي
سيناريو وتمثيل واخراج : يوسف وهبي بك

التاج شارل نحاس فيلم

ثوب جميل لفصل الصيف يرتدى فى الصباح وبعد الظهر

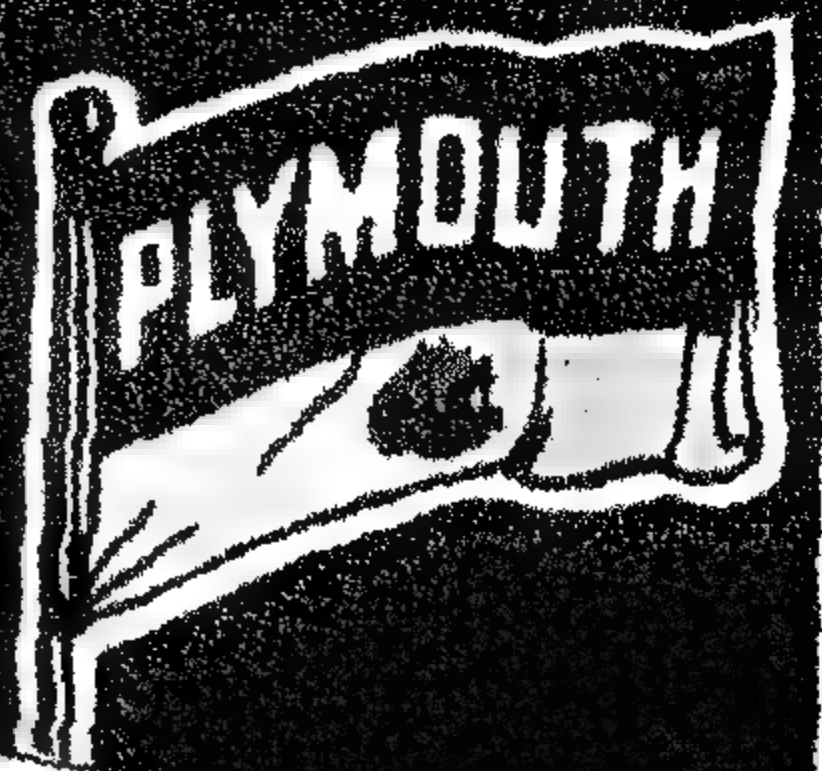


فستان سهرة مبتكر ذو ياقة مرتفعة وقد وُشي بالبرودريه



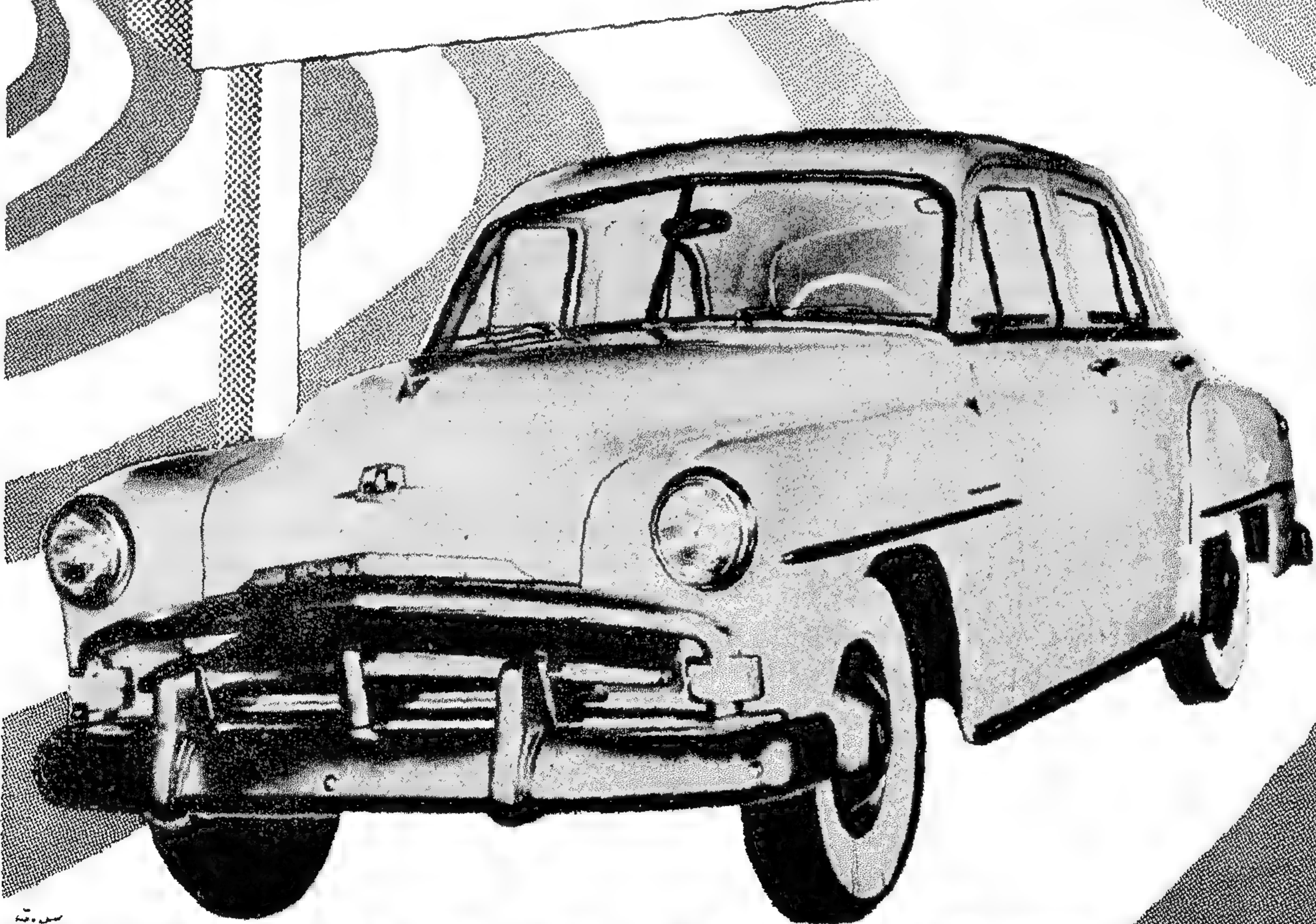
٢٧

على جميع طرق العالم...



بلايماوث

السيارة الممتازة ياقل مصاريف



القاهرة: شارع قصر النيل ٧٧٧٦٠-٧٧٧٦٨-٧٧٧٦٩
الاسكندرية: ١٦ كم اركية ٤٩٠٤٠٤٢ شارع خواد الأول

شركة النقل والرهنة

لدى الموزعين
الجوميين بمصر

المتصورة: فارس ديتليدس
اسيوط: تابت ميخائيل وشركاه

وكلاء فرعوني: بورسعيد: اولاد هنري زرقه الله
المخيا: بطرس قلايه وشركاه



ملابس داخلية

روب دى شامبر كروازيه من
السوراه الطرابيشى المطبوع برسومات
صغيرة • الاجزاء الامامية مقصوصة
عند الخصر كما هي الحال مع الظهر
وقد أقفلت بأزرار مجوزة تحت ياقة
على هيئة شال • الكمان قصيران
بقلابتين محلاتين بزر • ويحتاج
هذا الروب الى ٥١٠ سم عرض ٩٠ سم
قميص نوم من قماش النايلون
الابيض • تبدأ الكشكشة من الديكولتيه
المربعة • ويحتاج الى ٣٦٠ سم عرض
٩٠ سم •

كونبينزون من موسلين الحرير
يحتاج الى ١٩٥ سم عرض ٩٠
كونبينزون من اللينون والجونلة
مقصوصة بالورب ومختصرة تحتاج
الى ٢٢٠ سم عرض ٨٠ سم •
قمص نوم من اللينون الابيض •
ديكولتيه برأس مدبب ومعقود على
الكتفين • يحتاج الى ٣٢٥ سم عرض
٨٠ سم •





فستان من الحرير الاسود . يتكون الكورساج من ايشاربه مبطن بالفاي الازرق
الباهت وينتهي بدليلين طويلين . الجونيلة كثيرة الكشكشة على اليمين عند
الردلين . الخصر ضيق



ابتكر جان ديسيس هذا الثوب المصنوع
من الحرير الطحينى المنقط بالاسود
والابيض الكورساج يتلاقى كانه شال

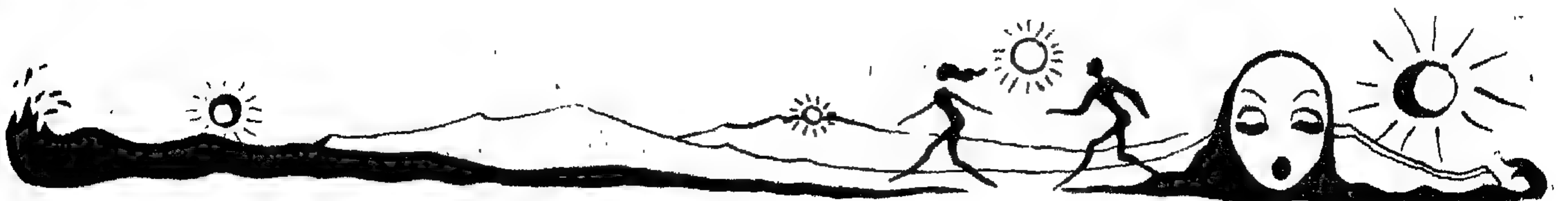


جان لافورى تقدم هذا الثوب لسهرات
الصيف . الكورساج مفتوح وقد حلى
بزهرة الكاميليا البيضاء . الجونيلة
عريضة

الشاطون
على
البحر

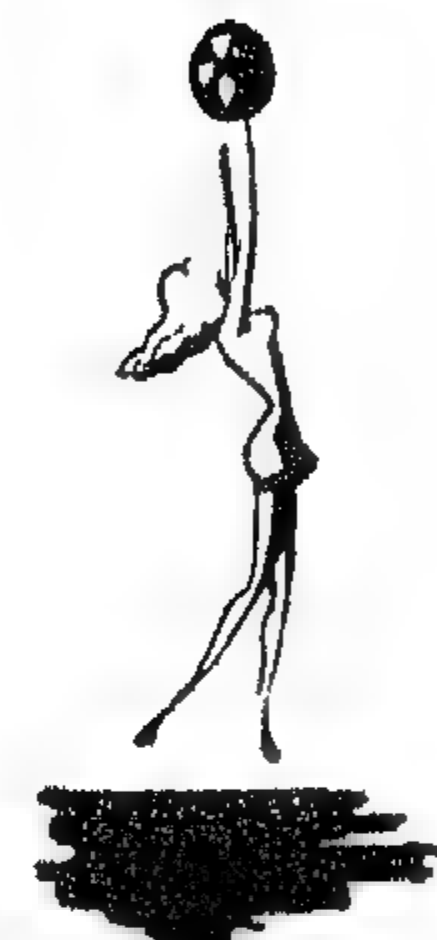


صنعت جرمن لوكونت هذا الفستان من النيل الازرق المنقط
وهو يرتدى كما ترين على شاطئ البحر . ويلاحظ أن الحزام
عريض والجيب مركب





هذا الفستان يرتدى على لباس البحر وهو مصنوع كما ترين
من تول القطن الأبيض وقد صممه جاك هايم خصيصا
لهذا الموسم



لباس بحر مطبوع برسومات أزهار . ويمكن بعد الخروج من
الحمام ارتداء هذه الجونية وهذا المنديل الذى يغطى الكتفين
إبتكار صانع الأزياء المعروف هنرى الإبانسيه

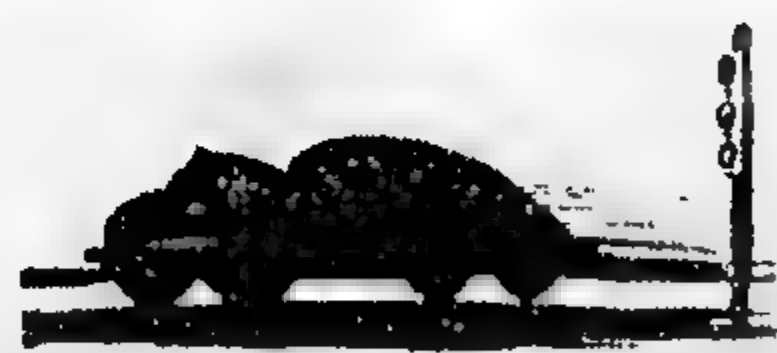




هذا الثوب من تصميم صانع الازياء
المعروف ببيير كلارانس وهو من قماش
الجروجران



كريستيان ديور صانع الازياء الباريسي
يقدم هذا الثوب لبعد الظهر وهو من
قماش الكريب الوردى





هذا الثوب الجميل الذى صنعه كريستيان
ديور من قماش التوسور الطبيعى لا يرتدى الا
بعد الظهر



اختار مبتكر الازياء المعروف جاك هايه هذا
الفستان لترتيديه الانثى بعد الاصيل وقد
صنع من التفاه



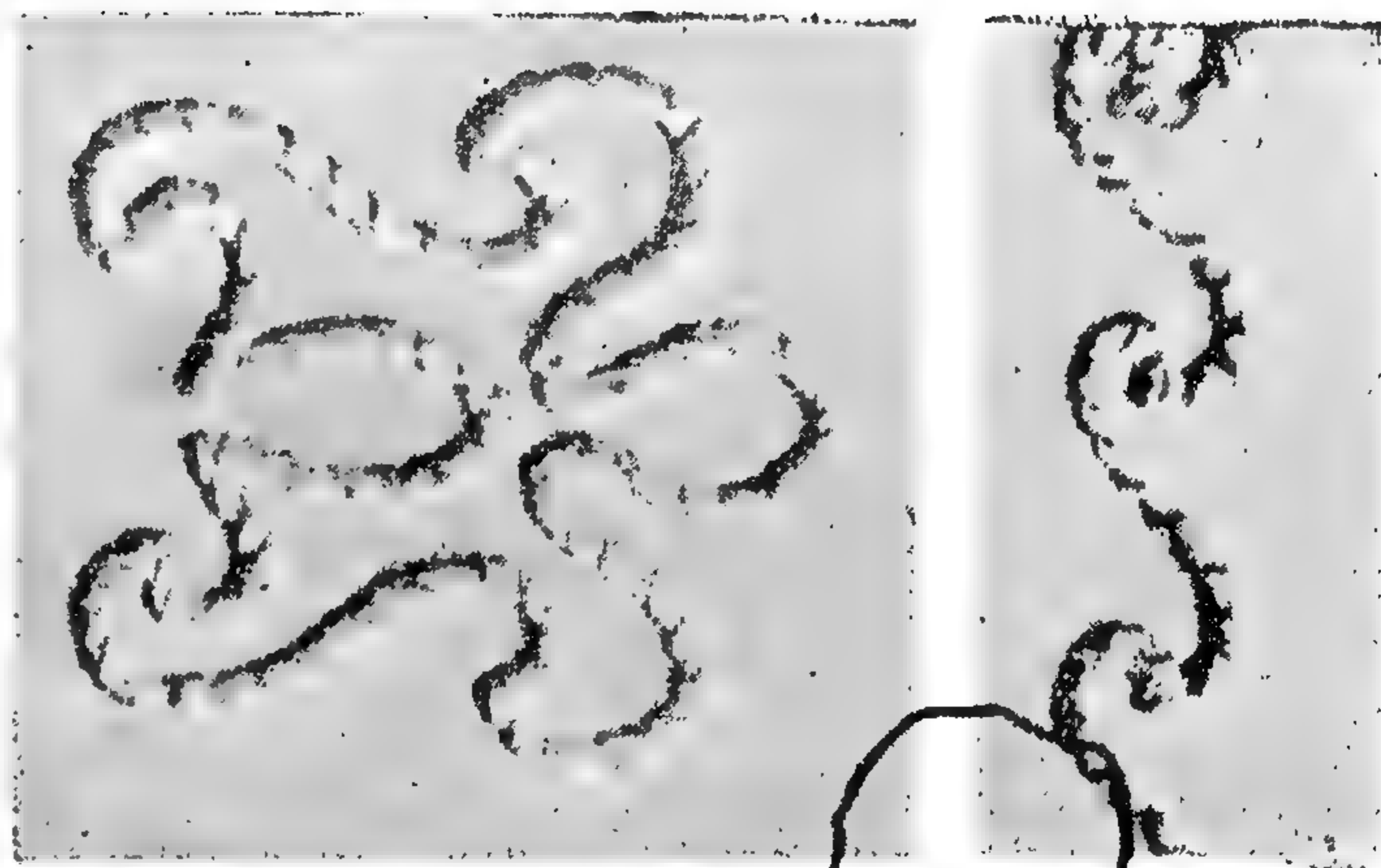
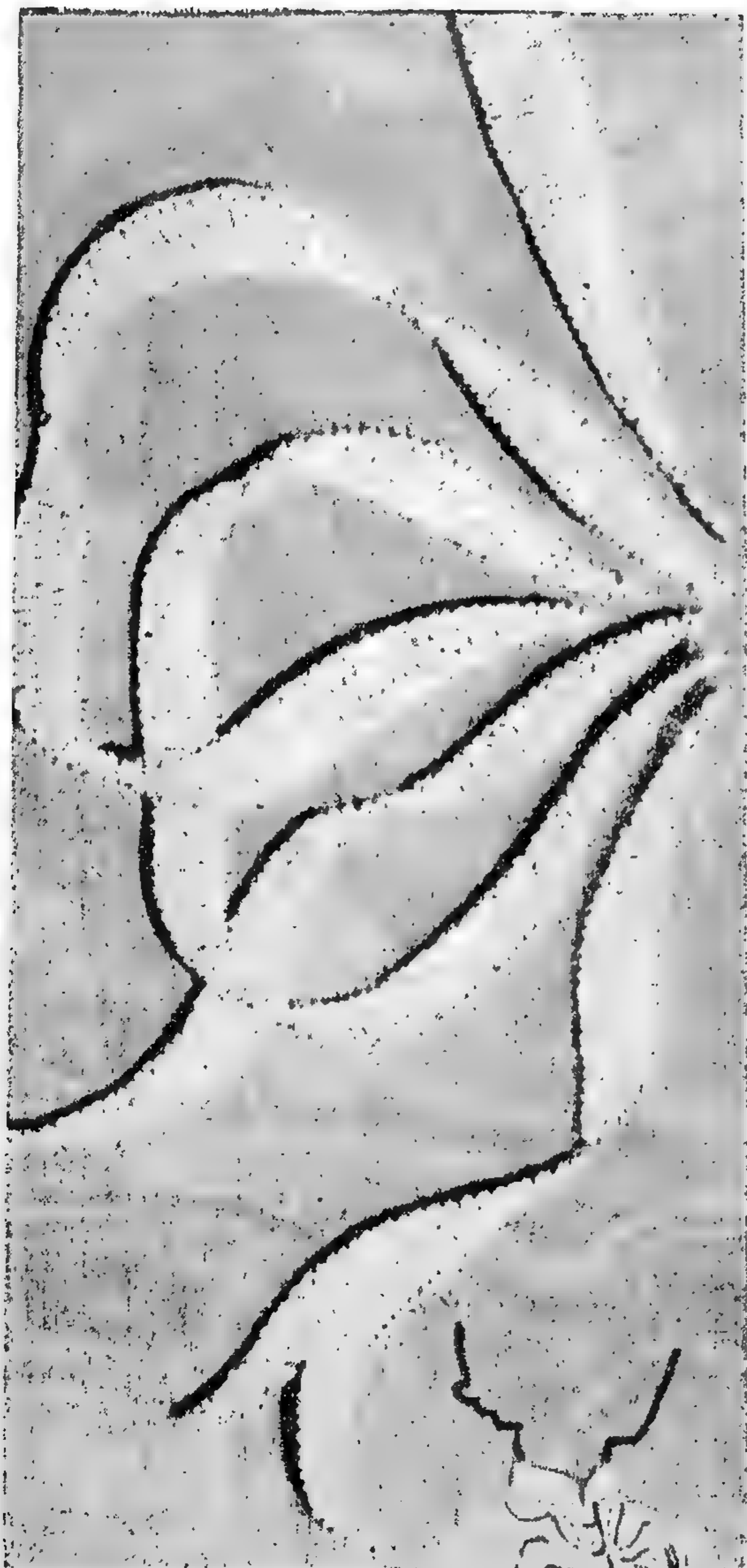
جـونو

هذه الازياء يقدمها

١١٦ شارع عماد الدين فوق بامكو بالقاهرة ت ٤٧١٥٧

٣٦ شارع سعد زغلول فوق أركو الاسكندرية ت ٢٧٠٨٩

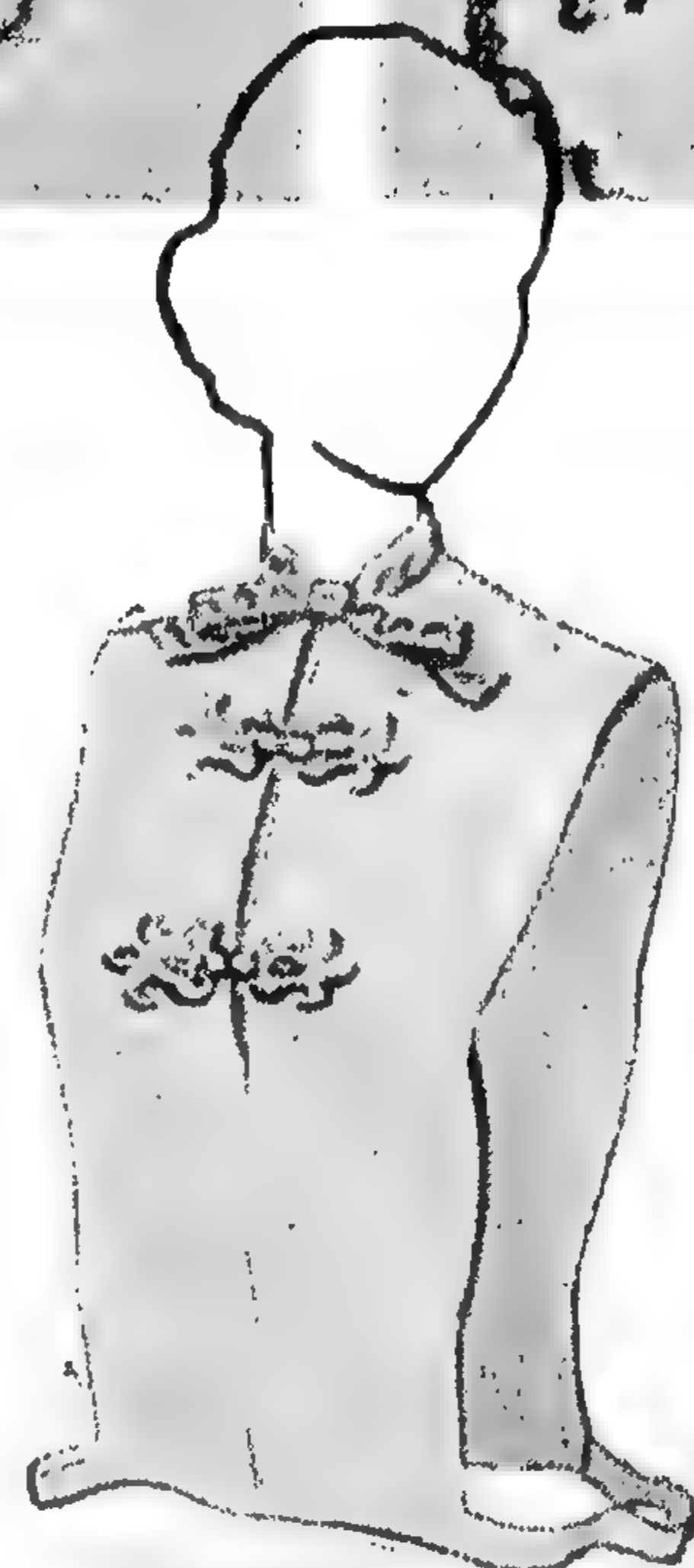
تخفيض ٢٥ ٪ من أثمان الباترونات لحاملة المجلة



جيايه لكل مناسبه

اصبحت موضة الجيليه
الان من الازياء الحديثه
الشائعه التي تلبس في كل
وقت وكل مناسبه وقد تفنن
صانعو الازياء في تفصيلاتها
وهي من البساطه بمكان حتى
انك تستطيعين ان تصنعي
منها ما شئت ومن بقايا
فساتينك يصبح عندك
مجموعه منها متعددة الاشكال
واليك نموذجين لتزيني بهما
صدر الجيليه بعد خياطته
وهي :

بعد ان ترسمي هذه
الوحده على الورق الشفاف
تثبتها برفق على المكان المعد
لتطريزها ثم ابدئي بتركيب
الشريط المعد للزينة وهو على



انواع متعدده ويباع في محلات الحسردوات الكبرى ، ولك ان
تلاحظي ان يكون نوع الشريط غير قابل للتغير عند الغسيل
وهكذا حتى تنتهي من تركيبه ، وبعد ذلك انزعى الورق برفق
ثم ثبتي الشريط من الخلف بخيط ذي لون لا يتغير ومن نفس
لون قماش الجيليه وبذلك تحصلين على جيليه أنيق .

شركة مصر للغزل والنسيج

مصنّعةها بالمحلة الكبرى

تنسج

جميع أصناف المنسوجات
للستيدات والرجال
بها تشكيلة كسبية من
الرسومات الحديثة
ذات الألوان الثابتة

فامات
وابولانات
طبوعات عربية وإيطالية



توجد في جميع المحلات التجارية

صابون الشمس



يرغى بسرعة
ويذوب ببطء

داومي على استعماله
تظل ملابسك جديدة
ناصعة البياض



إنتاج مصانع
نايف عماد باشا
طنطا

بنت النيل في سون منزلك

غسل الحرير الأبيض :

س - عندى شميزيت حرير جميلة بيضاء اللون واخشى اصفرار لونها بالغسل . فماهى الطريقة الصحيحة لغسلها مع المحافظة على بياض لونها ؟

ج - الحرير الأبيض يصفر من غسله بالماء الساخن كذلك من استعمال الصابون الرديء ذى الكمية الكبيرة من الصودا ولكى تحافظي على بياض لون الحرير اغسليه دائما بماء فاتر مضافا اليه قليل من ذوب الصابون الجيد أو مبشور صابون لوكس ، وأضيفي الى ماء الغسل مقدار ملعقة كبيرة من مسحوق البوركس لكل ٤ لتر ماء فذلك يساعد على عدم اصفرار اللون . واغسليها بخفة بضغطها بين اليدين مع تجنب الدعك لانه يتلفها . ثم اعصريها كذلك بالضغط وكررى العملية حتى تنظف ثم اشطفيها فى ماء فاتر مرتين لازالة الصابون ، ثم فى ماء بارد مضافا اليه حوالى ملعقة كبيرة اسبرتو ابيض لكل لتر ماء . ثم تعصر بالضغط وتلف فى فوطة بشكير حتى يتشرب البشكير جميع الماء .

واحدري نشرها فى الشمس الشديدة لان ذلك يؤدى الى اصفرار اللون . وقرب الجفاف تكوى بمكواة متوسطة الحرارة على الوجه .

المحافظة على الثلاجة الكهربائية :

س - اشتريت حديثا ثلاجة كهربائية فكيف انظفها من الداخل والخارج ؟

ج - استعملي فى نظافتها الماء الدافئ المذاب فيه كمية من مسحوق البوركس بنسبة ملعقة كبيرة لكل لتر من الماء الدافئ وحتى يصير ملمس الماء ناعما بين اصابعك كما لو كان مضافا اليه صابون . اغمسى قطعة قماش لينة فى هذا المحلول ثم اعصريها قليلا وامسحى بها جدران الثلاجة وأرففها من الداخل والخارج ثم غيرى الماء كلما اتسخ . واشطفيها بالماء الفاتر بنفس الطريقة ثم بماء بارد حتى تحصل على سطح ملمس ناعم . واحذرى استعمال الصابون لانه يعمل على اصفرار لونها .

ازالة بقع الحبر من على الخشب العادى

س - انسكبت زجاجة الحبر الأزرق داخل درج مكتبي وحاولت ازالتهأ بشتى الطرق فلم أفلح فهل من طريقة لازالتها ؟؟

ج - يمكنك ازالتهأ بغسلها بمحلول مكون من ملعقة شاي حامض اكساليك مذابة فى مقدار كوب من الماء المغلى ثم لفى قطعة من القماش على عصا صغيرة واغمسيها فى المحلول السابق ثم ادعكى بقعة الحبر بها وأنبهك الى أن حامض الاكساليك مادة سامة وحارقة للجلد فاحذرى ألا تلمس يدك . ادعكى البقعة حتى تزول ثم اشطفيها بماء مذاب فيه كمية من صودا الغسيل وأخيرا تشطف بماء دافئ ويترك الخشب يجف .



كيف ننظم قاعة الاستقبال؟

للدكتور محمد حماد

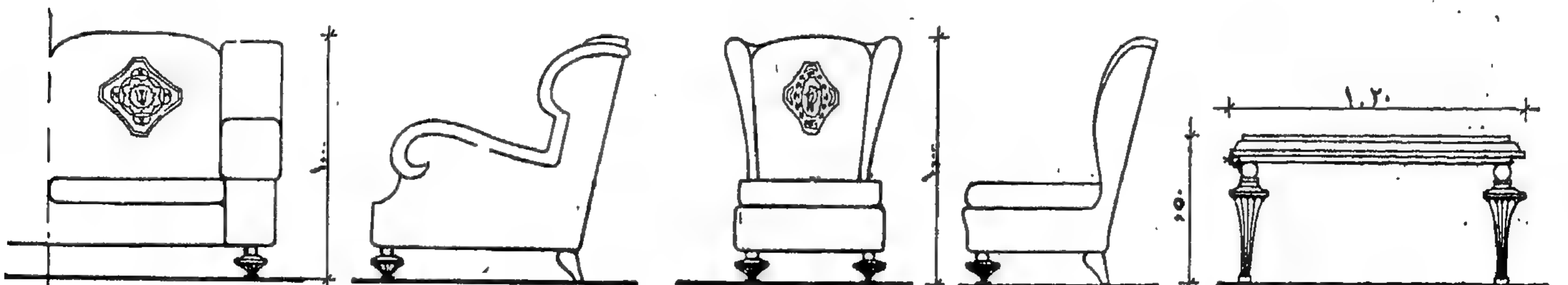
الانسان ويكتفى فيها ان تكون بسيطة وتفى بالغرض المطلوب ..

• ونلاحظ كذلك ان تصميم الاثاث له دخل كبير في مشاعر الانسان واحاسيسه ، فمثلا الكرسي الفوتيل المكون من الجوانب والظهر يشعر الانسان بالدفء بخلاف الكراسي

دراسة كافية من ناحية التصميم بحيث يلائم في تصميمه تكوين الانسان فيستريح في الجلوس اليه كما يجب ان تتمشى زخارفه مع اصول نظريات التكوين الزخرفي فيرتاح في النظر اليه .. كذلك يجب ان نلاحظ تجنب كل الزخارف التي تعمل على حساب راحة

بالعائلة كما يتضح من رسوم قدماء المصريين عن الحياة اليومية .. وعند اختيار اثاث غرفة الاستقبال يجب ان يكون جميعه نافعا ومتمشيا مع حاجة الانسان الطبيعية وراحته • لان الاثاث لا يوضع في المكان عبثا او لمجرد الزينة بل يجب ان يدرس

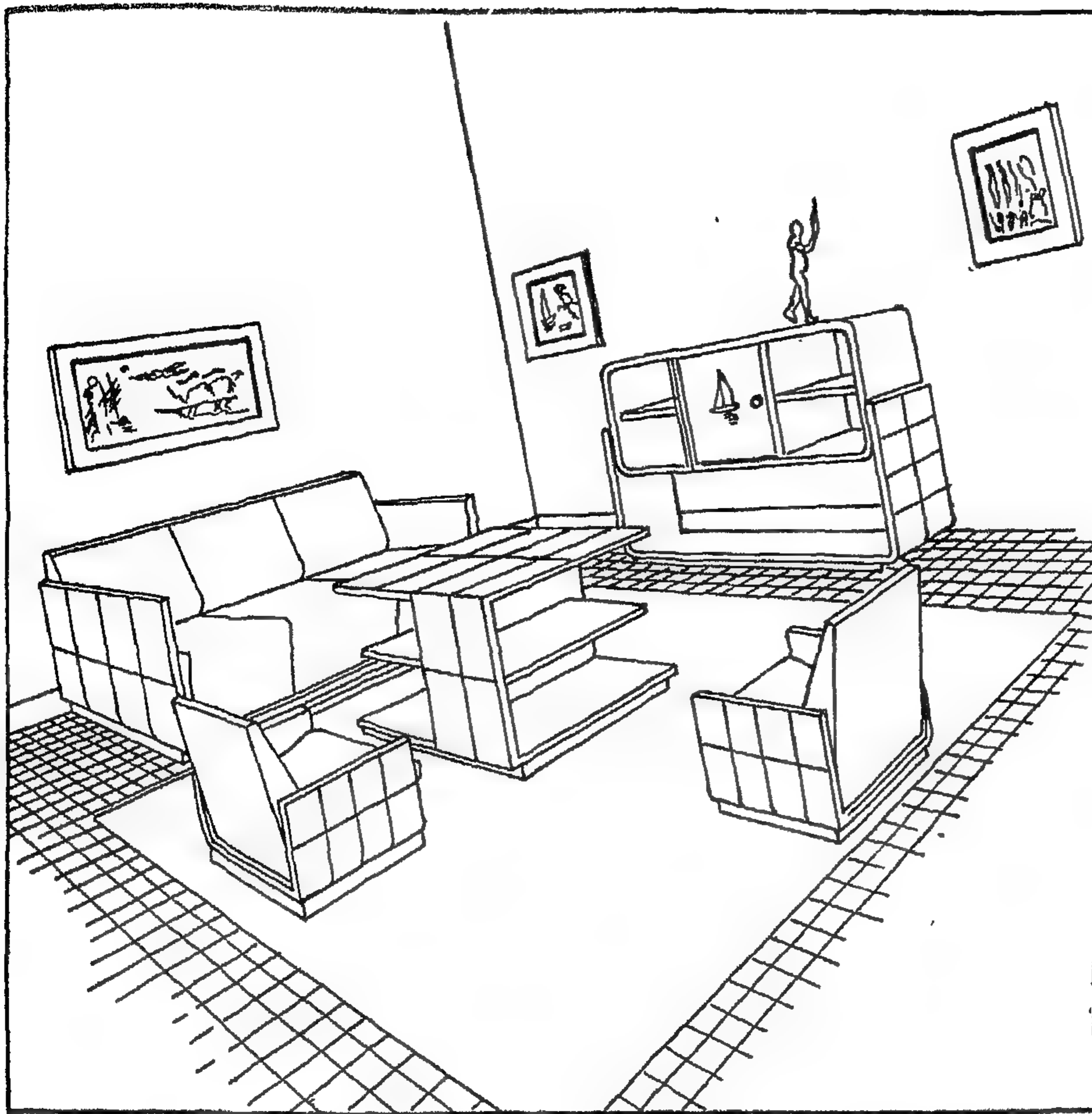
• قد يكتفى الساكن بالصالة او غرفة الجلوس العادية عن غرفة الاستقبال في البلاد الاوربية .. ولكن في مصر يختلف الامر كثيرا بسبب عاداتنا وتقاليدها الشرقية ، اذ اننا تعودنا من اقدم العصور ان نستقبل الزوار في غرفة خاصة منعزلة عن المكان الخاص



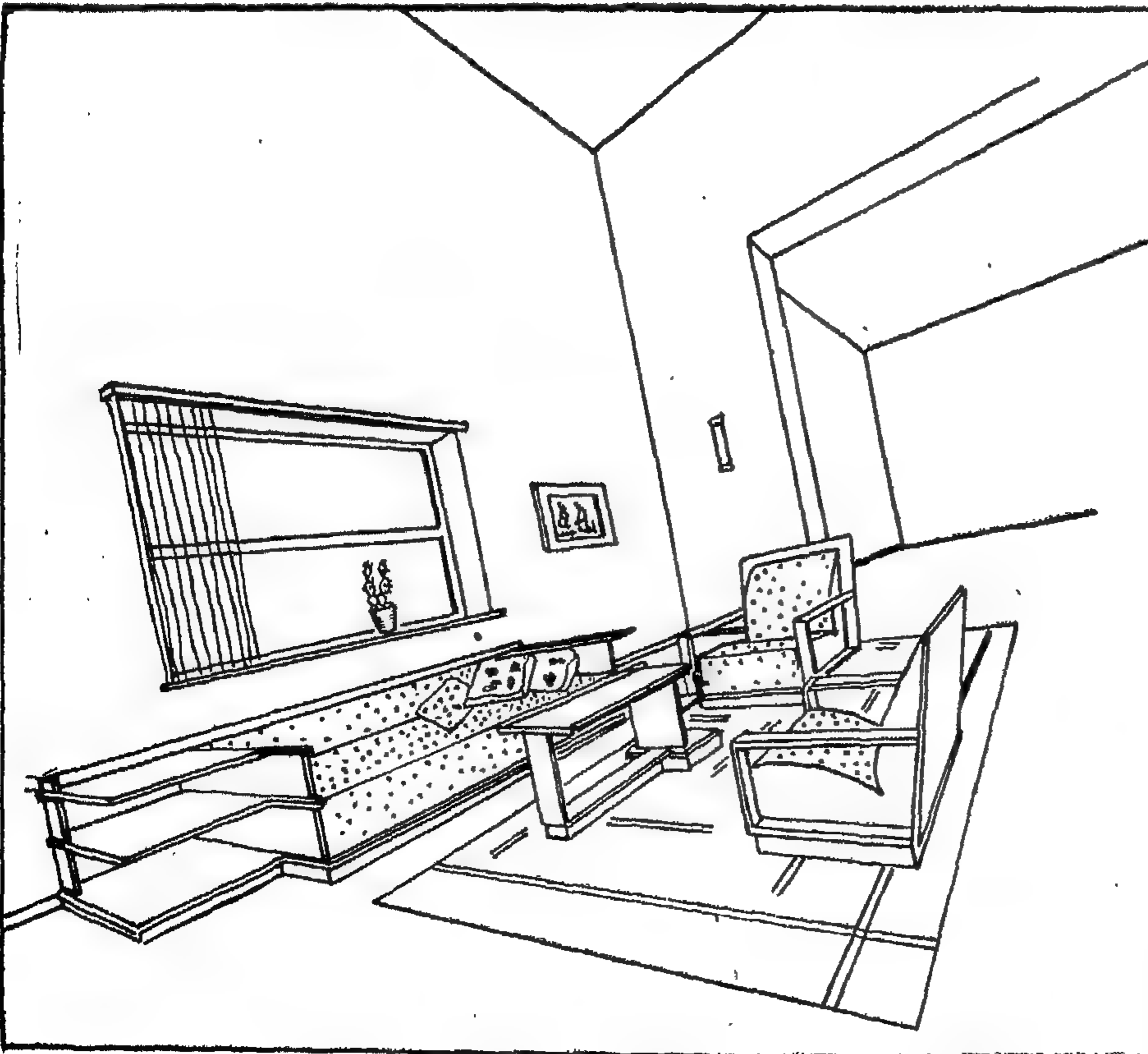
واجهة أمامية وجانبية للفوتيل والكنبة

واجهة أمامية وجانبية للكرسي

واجهة المنضدة



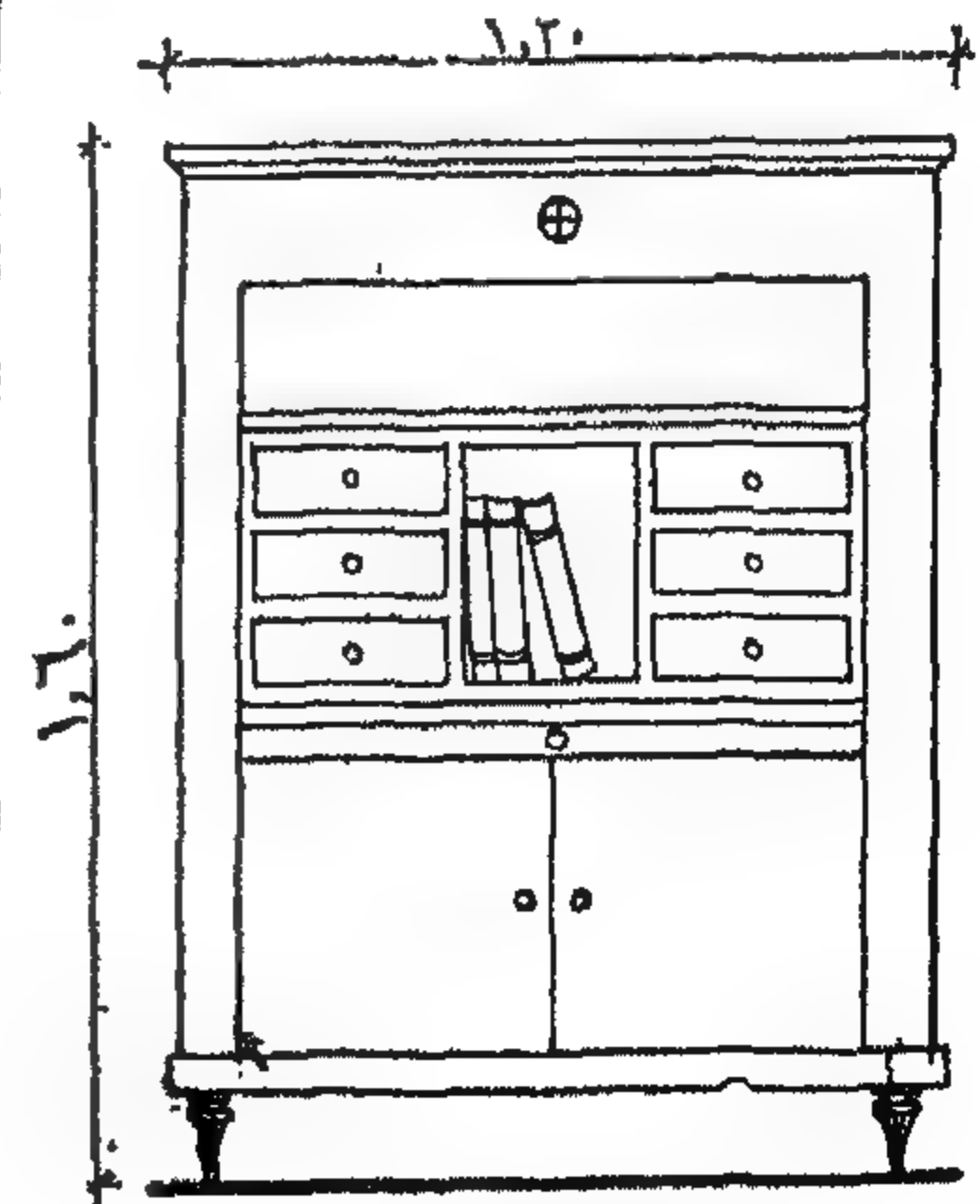
(شكل ٣) غرفة جلوس حديثة



(شكل ٤) غرفة استقبال حديثة

البسيطة كما نرى في (شكل ١) وكذلك الالوان لها تأثير كبير لا يقل عن تأثير اشكال التصميم • ويشرح (شكل ١) منظرا لغرفة استقبال تتكون من كنبه مكسووة بالقطيفة وقدطرز على المسند الخلفى زخرف بسيط بلون يتمشى مع لون المسند الجانبى • اما كرسى القوتيل والكرسى الصغير فهما يتبعان الى حد ما نفس الشكل المتبع فى طراز الكنبه • • • ويتبع هذه الغرفة قطع اخرى هي المنضدة الصغيرة ذات القرص الرخامى أو الزجاجى السميك • • والمكتبة الصغيرة التى تتمشى مع نفس الطراز • • • اما (شكل ٢) فيشرح تفاصيل كل قطعة من أثاث هذه الحجرة •

• ونرى فى (شكل ٣) منظورا لحجرة أخرى على طراز حديث صنعت من الخشب المقسم الى ترابيع صغيرة ، وقد استعملت منضدة الوسط كرف لوضع الكتب بالاضافة الى المكتبة الموضوعة بجوار الحائط • • اما (شكل ٤) فنرى فيه غرفة اخرى من طراز حديث ايضا وقد استعاض عن المكتبة بمكان لوضع الكتب بجوار الكنبه العريضة (الديفان) • • • اما الحوائط فقد زينت ببعض اللوحات التى تزيد من بهجة المكان •



واجهة المكتبة

01

قلنت

هل رأيت السيدة
الخارجة من معهد
التجميل الذى أمامنا ؟
انها من أسعد السيدات،
فقد تزوجت فى العام
الماضى من شاب ورث عن
أبيه ثروة طائلة وأراضى
واسعة وهى تقطن فى
قصر ابتنته بضاحية من
ضواحي القاهرة ولها
سيارتها الخاصة ومنزل
كامل المعدات فى الريف
وأخر فى الاسكندرية
وإذا ما بدأت بشائر
الصيف استقلت الطائرة
الى جبال سويسره ...
حقا انها لسعيدة ...

قلنتها

ان السعادة لا تقاس
بالمال والسيارات
والقصور وامتطاء
الطائرات وقضاء الصيف
فى سويسره والا كان
السعداء كثيرين ... ان
السعادة فى أن يشعر
الانسان بأنه سعيد لا أن
يشعر غيره بسعادته ...
السعادة فى راحة البال
والقناعة ... انى أكاد
أجزم بأنك لست سعيدة
لأنك تتطلعين الى غيرك
وتعدين عليه روحاته
وغدواته أو تحسدينه على
كل خطوة يخطوها ...
لا تغرنك الظواهر فانها
كثيرا ما تخدع المرء
وتسبى الى حنجرته
وأعصابه ...

خليل صابات

يميل الانسان للازهار
لجمال ألوانها ولطيب رائحتها
فيقطفها ليتمتع بها . ولكنه
لاحظ أن مدة تمتعه بها
قصيرة ، فأخذ يفكر فى إطالة
عمرها والاحتفاظ برونقها
وبهائها فى الزهرية .

وقد اختص كل شعب
من شعوب الارض بخاصة
فى تنسيق الازهار فالشعب
الانجليزى له نمطه الخاص
فى انشاء الحدائق وله ذوقه
الخاص فى تنسيقها ، أما
الهولنديون فقد أغرموا
وتفننوا فى صناعة الوعية
الحرفية الخاصة بوضع الازهار
فابتكروا أوعية خاصة ذات
ثقب معينة لوضع زهرة
السوسن لابرز جمالها
ذلك الجمال الذى يأخذ

الازهار لا تموت

بمجامع القلوب . وقد أغرم
اليابانيون غراما شديدا
بالازهار حتى انهم تميزوا عن
غيرهم بنمط خاص فى فن
تنسيق الازهار .

ولكن غرام الشعوب
بالازهار لم يقف عند حد
التفنن والابتكار فى تنسيقها
ووضعها فى الاماكن المناسبة
بل أخذوا فى اتباع بعض
القواعد الخاصة لإطالة عمر
الازهار والاحتفاظ بها مددا
طويلة قد تصل عدة أسابيع .
ففى الحديقة لا تقطف
الزهرة والارض مروية أو
وهى شديدة العطش ويكون
القطف بواسطة مقص حاد
يفصل الزهرة بسرعة ودون
تلف . ولكن ألا نرى أيضا
أن اختيار موضع القطع من
الامور الهامة وذلك من حيث
تناسبه مع طول أو قصر
الآنية التى ستوضع فيها
الازهار والمكان المختار
وضعها عليه ...

وتقطف الازهار التى لم



المعرض لامتناس المياه .
أما اذا كان القص أفقيا
فيحتمل أن يتركز طرف
الزهرة على قاع الآنية
الأفقى ولا يصعد الماء فى
أنسجتها وتموت الزهرة
وهذا لا يحدث بطبيعة الحال
فى حالة القص المائل .

ولتشجيع امتصاص المياه
فى حالة الازهار ذات السوق
القوية يزال مقدار ٤ سم
من قشرة الساق عند نهاية
الطرف المغمور فى الماء ثم
يشق الساق ذاته شقا
طوليا . ومن أهم أسباب
ذبول الازهار نمو بعض
أنواع من الميكروبات بماء
الآنية وعلى الجزء المجروح
فى نهاية الساق لذلك كان
من الواجب تغيير الماء
باستمرار مع تطهيره بأبسط
المواد الكيماوية التى فى
مكتاوى اليد وذلك بوضع
قلييل من ملح الطعام أو
الفورمالين أو الكافور أو
النوشادر فى آنية الازهار .

وفى وقتنا الحاضر تباع
بعض الاقراص الخاصة التى
يكفى قرص منها لحفظ الازهار
مدة أسبوعين .

محمد . ي . السركى

افلام الهلال تقدم

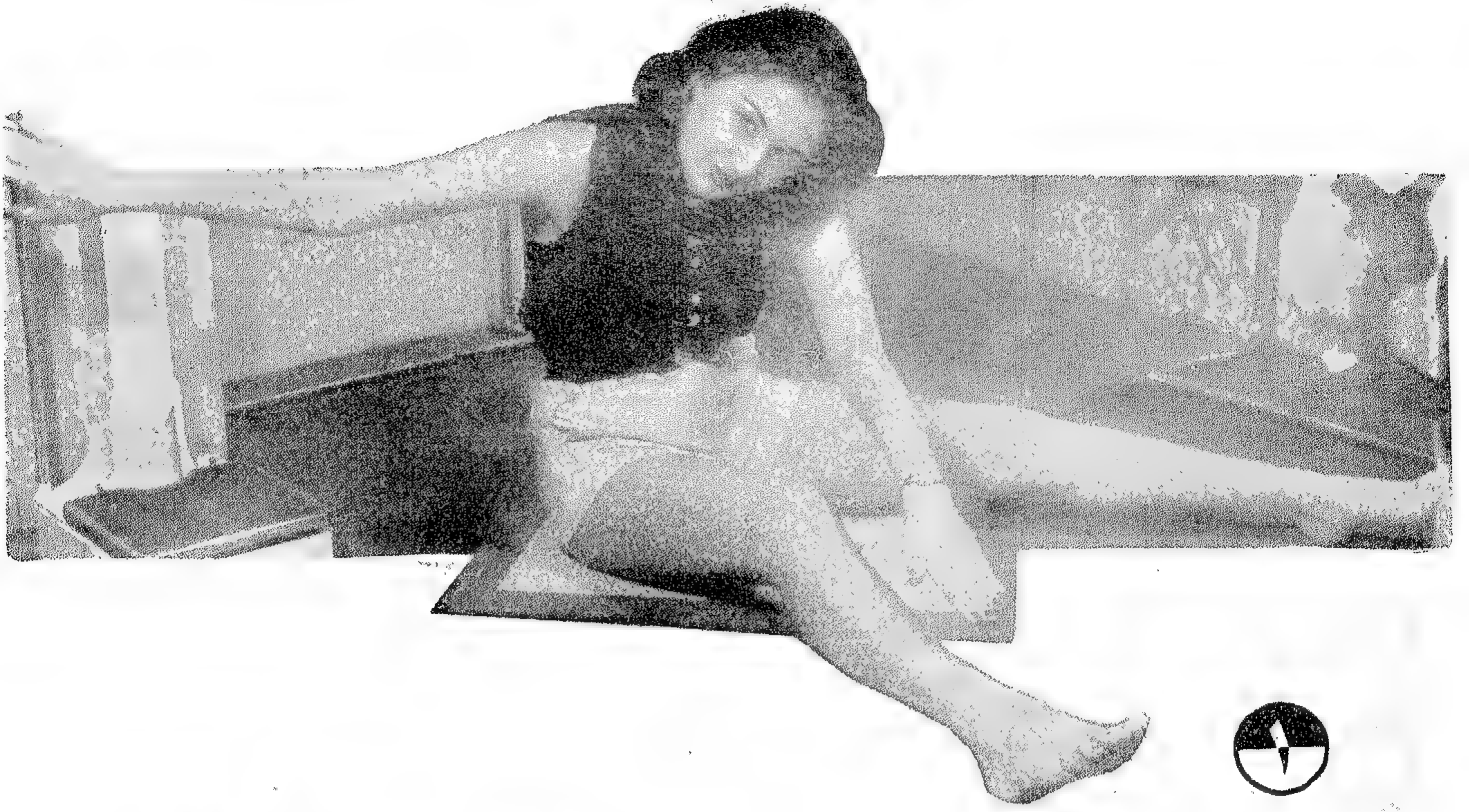


هدى سلطان
 فريد شوقي
 زوزو ماضي
 حسين رياض
 مارعب منيب
 عبد الوارث عسر
 السيد بدير
 رشدي اباضة
 شكوكو
 والراقصة
 شربايسالم

استخراج وإخراج
 صلاح أبو سيف
 قصة: فريد شوقي
 سيناريو ومهارة السيد بدير



حاليا
 سينما رويال ، النصر بالقاهرة - يتسنى بالكندي

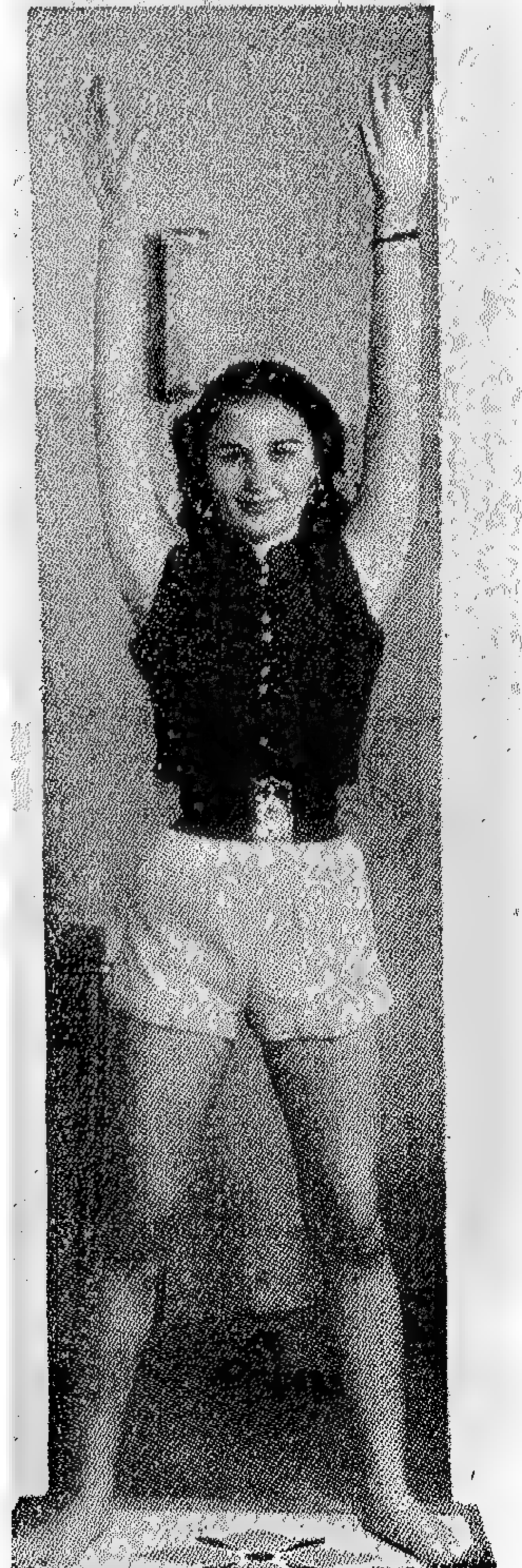


لكل صبا

(١) اجلسي على الأرض وأبعدى ساقيك عن بعضهما بقدر
الامكان مع جعل الذراعين مشدودتين بمحاذاة الكتفين ثم امسكي
القدم اليمنى باليد اليسرى والعكس مع قذف الذراع الأخرى
بقوة جهة الخلف . كرري هذا التمرين عدة مرات



(٢) قفي منتصبة القامة مع فتح
الساقين بحيث تكونان مشدودتين الى
أعلى ثم اتبعي الحركة رقم (٣)



(٣) اثني الجذع الى الامام وامسكي
الأرض بين الساقين ثم ارفعي الجذع
الى أعلى وكرري هذه الحركة عدة مرات



SPMO

معبأة بالشركة الوطنية للصناعات الغذائية والزراعية



يصبحني الطبيب !!

إتق الجراثيم باستعمال
« ديتول » المطهر المأمون !

إذا أوصى لك الأطباء باستعمال « ديتول »
فذلك لأنه قد أثبت جدارته
في جميع الحالات ، ورغم
شدة فتكه بالجراثيم « ديتول » غير
سام ، وهو سهل ومأمون الاستعمال .



ديتول

المطهر العصري

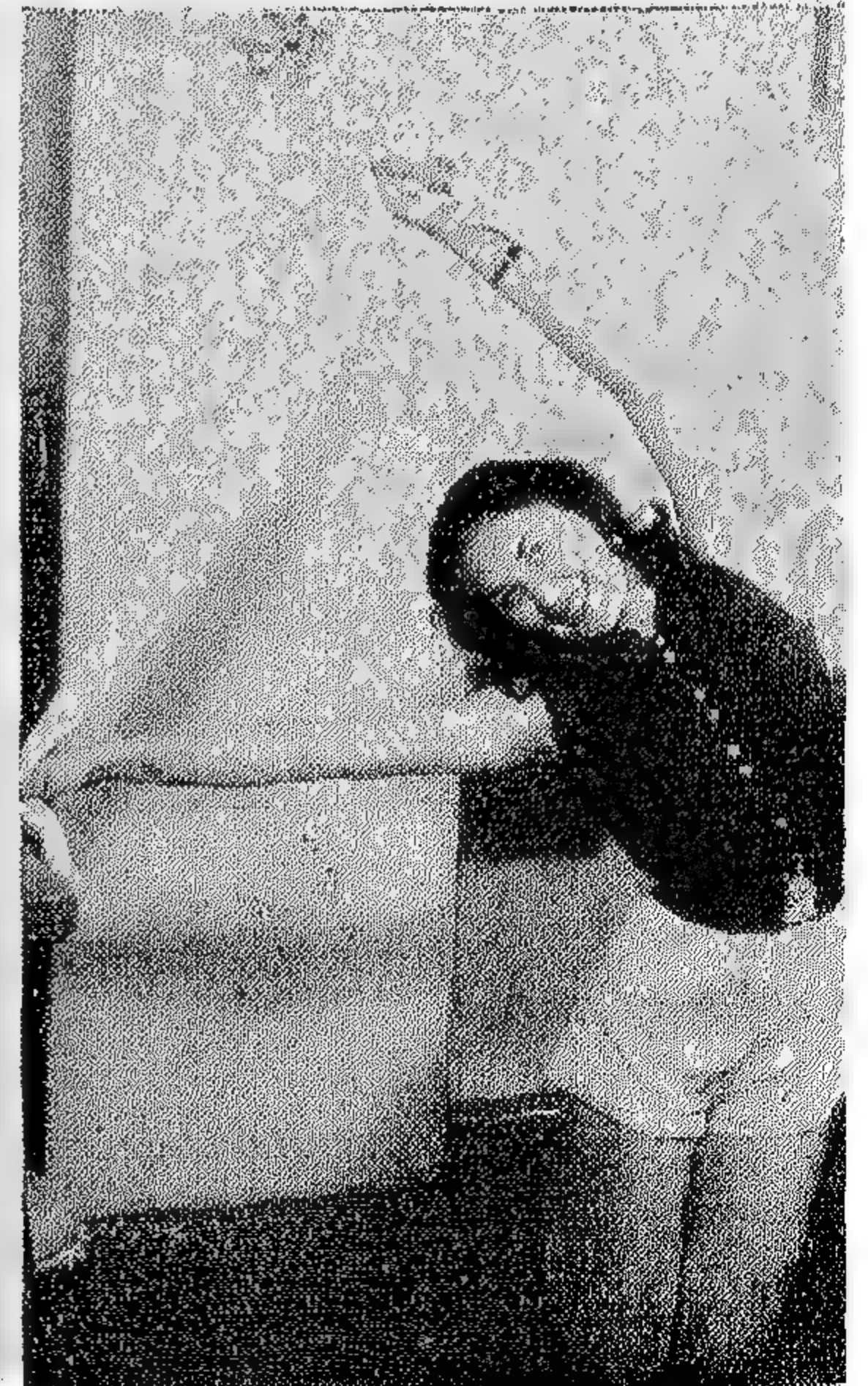
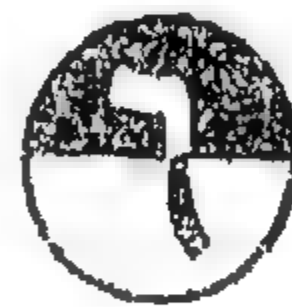


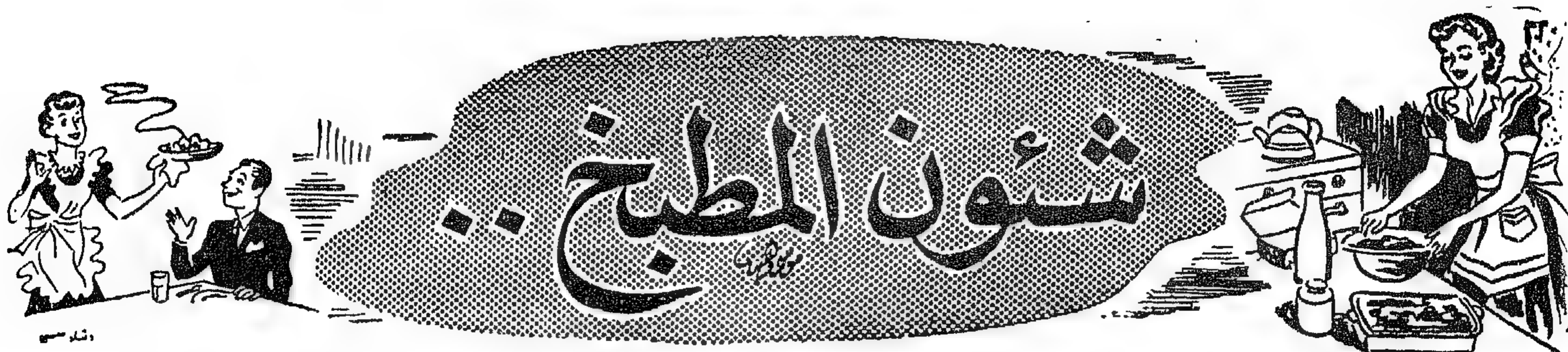
(٤) ضعي كرسيًا بجانبك واجعلي جسمك مشدودًا ثم ارفعي
ساقك اليمنى وضعيها فوق الكرسي ثم انزليها إلى أسفل
وضعي اليسرى مكانها وهكذا على التوالي

قامت بهذه
التمرينات الأنسة
صوفي في معهد
التجميل العلمي

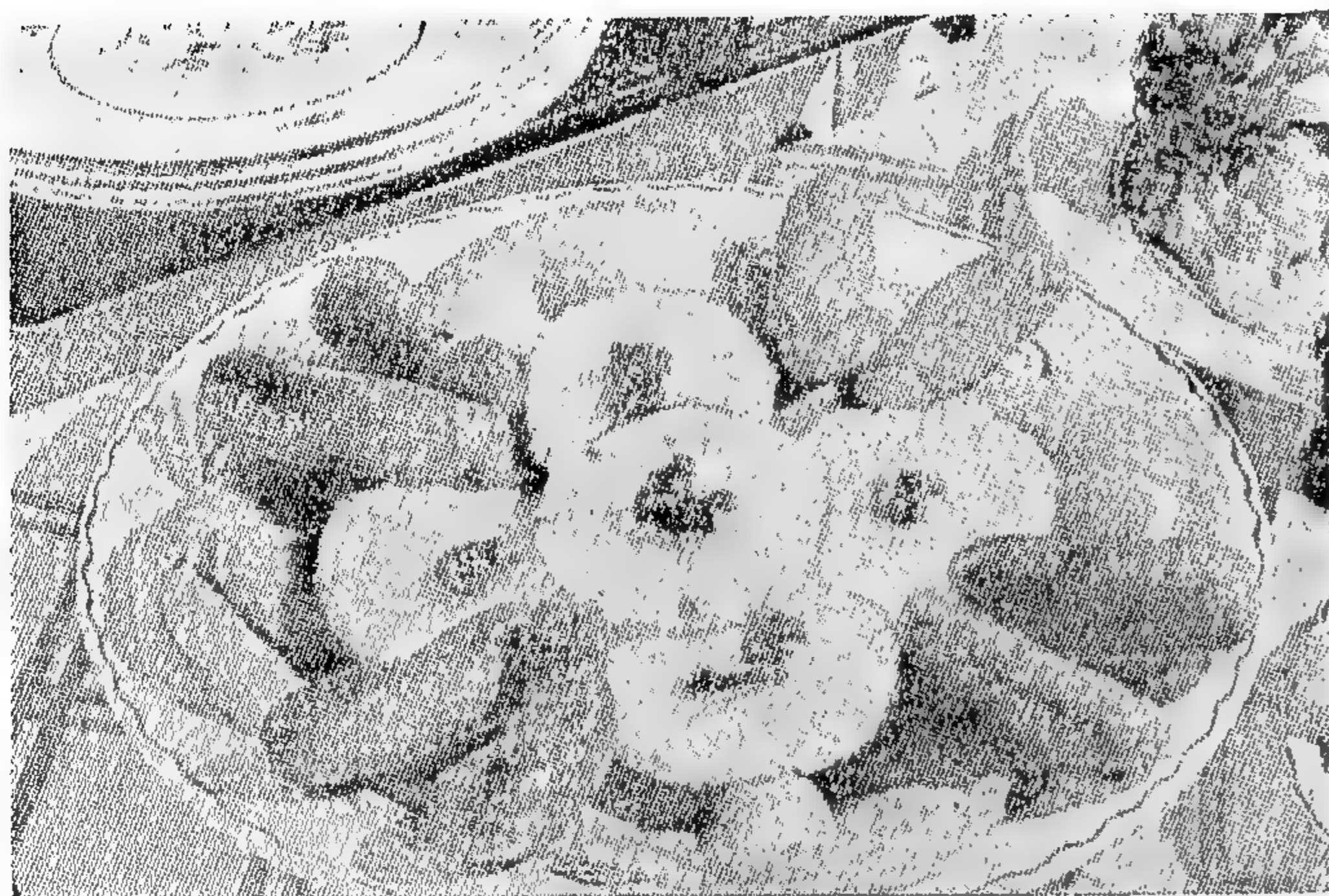
(٦) قفي مستندة على كرسي
وضعي يديك في خصرك ثم اثني
ركبتك اليمنى مع حفظ الساق
اليسرى ممدودة ، كرري هذه
الحركة عدة مرات

(٥) اركعي على ركبتيك
واحفظي جذعك منتصبًا ثم اثني
الجذع مرةً جهة اليمين وأخرى
جهة اليسار . كرري هذه
الحركة عدة مرات فانها تجعل
خصرك نحيلًا





للمبتدئين



٣ - قبل الاكل مباشرة حمري السجق في السمن ثم
رصيه في طبق صيني مسطح مع حلقات البطاطس
٤ - زخرفي سطح كل حلقة من البطاطس بقليل من
المقدونس المفروم وليقدم للمائدة ساخنا كما هو موضح
بالرسم

الماسية الفراولة

من الحلوى الباردة المستحبة في فصل الصيف وسهلة
العمل ولذيذة الطعم

المقادير :

نصف أوقية جيلاتين
سكر للتحلية

الطريقة :

١ - انزعى أوراق الفراولة ثم اغسلها بسرعة في الماء
وضعيها في سلطانية وفوقها طبقة من السكر واتركها لمدة
ساعتين

٢ - ضعي الفراولة في مصفاة سلك ثم مرريها من شاشة
ضيقة الثقوب حتى تحصل على كوب من عصير الفراولة

٣ - اخلطي الفراولة بمقدار الماء وأضيفي ما يكفي من
السكر للتحلية

٤ - أذبي الجيلاتين في مقدار ثلاث ملاعق من الماء فوق
نار هادئة حتى تتحلل الجيلاتين تماما ثم أضيفي الجيلاتين
الى عصير الفراولة والماء وقلبي الجميع حتى يمتزج تماما

صحن اليوم

فلغل أخضر بصلصة الخل والثوم
سلطة زبادى - بطيخ

الفلغل الأخضر بالخل والثوم

المقادير :

نصف أقة فلغل أخضر
لنجان قهوة خل
زيت للتحمير
ربع رأس ثوم

الطريقة :

١ - اغسلي الفلغل وانزعى العنق ثم يجفف من الماء جيدا
٢ - حمريه في الزيت المقدوح ثم انشليه وضعيه على
ورقة من الشفاف لامتصاص الزيت الزائد
٣ - دقي الثوم وحمريه في الزيت ثم صبي فوقه الخل
وأضيفي الملح والفلغل اللازم واضبطي الطعم
٤ - عند الاكل ضعي الفلغل المقل في طبق عميق وصبي
فوقه صلصة الخل والثوم السابقة ويقدم للاكل

السجق المحمر بالبطاطس

يحتاج حر الصيف لاطباق خفيفة كهذا الطبق حيث
يتلاءم مع حرارة الجو كما أنه سهل الصنع حيث يوفر
عليك العمل طويلا في المطبخ في الجو الحار

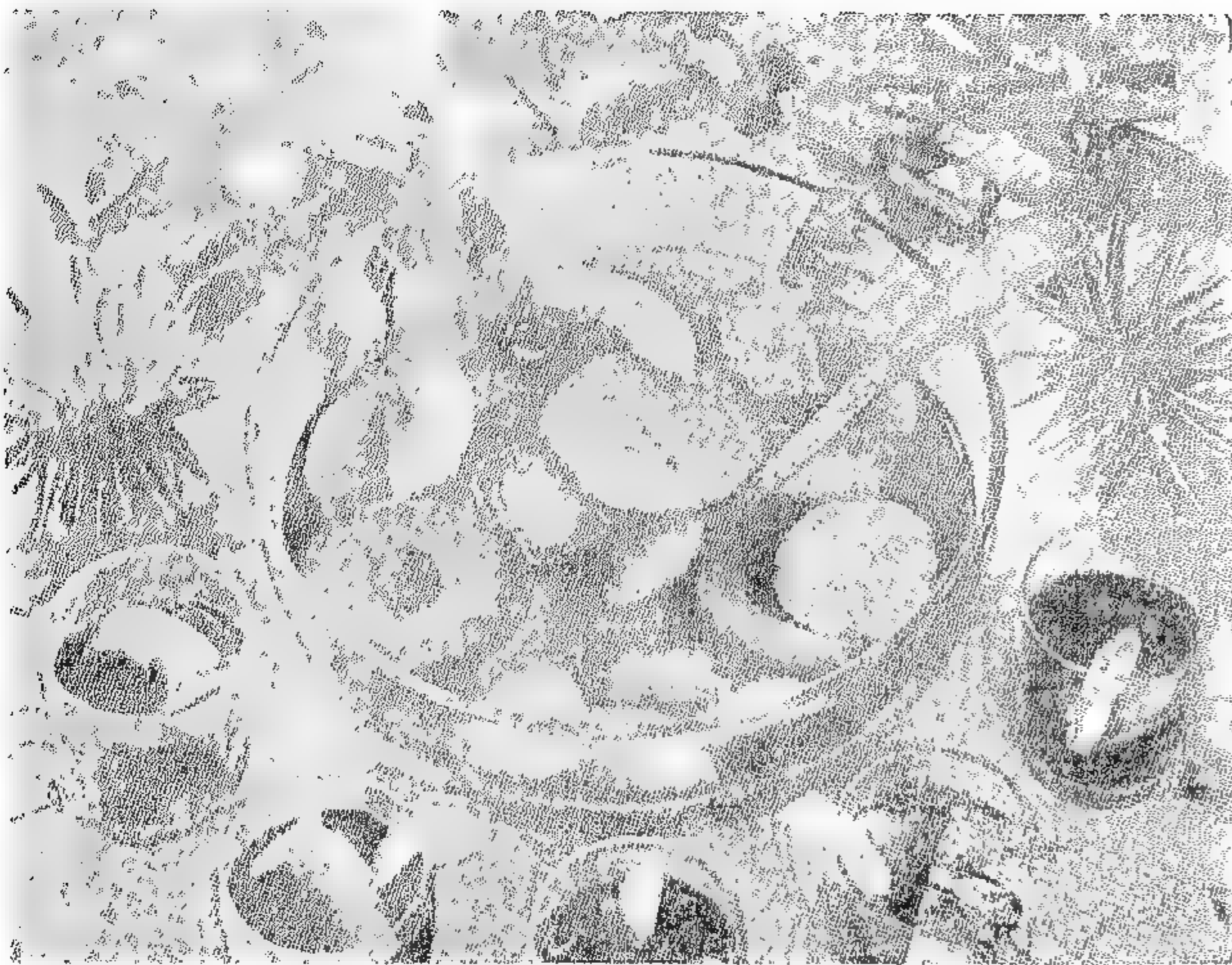
المقادير :

نصف رطل سجق بقرى
ربع أقة بطاطس
ملعقتان كبيرتان زيت
ملعقة كبيرة خل
ملح ولفل ، مقدونس

الطريقة :

١ - اغسلي البطاطس ثم اسلقيها حتى تنضج ثم اتركها
تهدا وقشريها ثم قطعيها الى حلقات

٢ - اخلطي الزيت بالخل وأضيفي لهما الملح واللفل
ويخلط الجميع جيدا ثم تغمس فيها حلقات البطاطس
وتنشل



٥ - ضعى المحلول السابق فى قالب مبلل بالماء البارد ثم ضعى القالب فى الثلاجة أو فى وعاء وحوله الثلج ويترك حتى تتجمد الماسية تماما واحفظيها دائما حول الثلج لحين استعمالها

٦ - عند التقديم اغمسى قالب الماسية فى ماء دافئ قليلا وبسرعة جدا ثم يجفف من الماء ويقلب فوق طبق بللورى مسطح

٧ - يمكنك تجميل سطحها وحول الطبق بوحدات من الفراولة المغسولة وتقدم للاكل

سلطة الفواكه

من الاصناف المستحبة فى فصل الصيف للصغار والكبار واقتصادية اذا ما عملت من بقايا الفاكهة الموجودة فى المنزل لبعض اصابع الموز والفراولة والمشمش وخلافه حيث لا يمكنك تقديمها كصنف محترم على المائدة . فاصنعى من هذه البقايا طبقا من سلطة الفواكه بالطريقة الاتية :
استعملى بقايا الفاكهة الموجودة عندك بالمنزل كالموز والفراولة والمشمش والخوخ والعنب بالمقادير التى تناسب عدد الاكلين

الطريقة :

- ١ - نظفى الفواكه التى ستستعملينها كل على حسب نوعها وانزعى البذر باحتراس من الفواكه ذات البذر مع الاحتفاظ بشكلها على قدر الامكان وقطعى الموز الى حلقات وكذلك التفاح والخوخ
- ٢ - الفواكه الجامدة كالتفاح والخوخ بعد تقطيعها

اسلقيها لمدة خمس دقائق فى قليل من الماء المضاف اليه السكر حتى تلين قليلا

٣ - ضعى الفاكهة فى طبق بللورى عميق منظم

٤ - اعملى شربات مكونة من كوب سكر وثلاثة ارباع كوب ماء واتركيه على نار هادئة يغلى لمدة خمس دقائق مع اضافة نصف ملعقة شاي عصير ليمون ولاحظى عدم عقد الشراب واتركيه حتى يبرد

٥ - صبى الشراب فوق الفاكهة واتركيه فى الثلاجة ويمكنك تجميل السطح بوردرات من الكريم شانتيه

٦ - ضعيه فى الثلاجة حتى يبرد وعند التقديم يغرف منه كما هو موضح بالرسم

أرحت ما وصلت اليه صناعة التلاجات

وردة تيكية هدية فاخرة من التلاجة العالمية الفائزة بالمذبة الذهبية مرتين فى معرض الجبال بنيويورك

موديل ١٩٥٢ كروسلى

CROSLEY

مقاسات ٧ و ٩ و ١٢ قدمًا

صامتة - اوتوماتيكية - بالكروم واللوان الذهبية

ميزاتها الكثيرة تحقق لك ما تشاء من متعة وفاهية

فريزر مستقل - ضابط برودة ومكان خاص للزبد

ضابط حرارة اوتوماتيكي لزيادة الثلج الزائد وتغير الماء

فريزر يتسع لخمس طيور من اللحم مكان آخر لحوم

ارفف متحركة - علبتان شفافتان للوضوءات والفواكه

ارفف فى تجويف الباب لتع كيه اضافية بمقدار ٥٠% مما تملكه التلاجة

لا تحتاج لجهود فى الصيانة بها وصفتها

القاهرة ١٨ شارع سليمان باشا ٤٧٩٩١
الاسكندرية لاكورنيال شارع صفية زغلول ٣٣

الوكلاء الوحيدون: العالمية

النقيطة المحشوة بالخضر

المقادير :

ربع رطل دقيق
ربع ملعقة صغيرة ملح
٢ بيضتان
ثلث فنجان كبير لبن
٢ ملعقتان كبيرتان مبشور
جبين رومي
١ رطل سبانخ

الطريقة :

١ - انخلي الدقيق والملح معا في سلطانية
٢ - افصلي البيض ثم اضربي الصفار وأضيفي اليه اللبن ويقلب جيدا حتى يمتزجا ثم أضيفي الماء
٣ - اعملي حفرة في وسط الدقيق وأضيفي السائل تدريجيا مع التقليب المستمر حتى تتكون عجينة سائلة ناعمة واستمري في الضرب لمدة عشر دقائق حتى تتشبع العجينة بالهواء الذي يساعد على خفتها ثم أتركها في مكان بارد لمدة لا تقل عن ساعة قبل استعمالها .

٤ - اعدى السبانخ بغسله وتخريطه ثم ضعيه مع قليل جدا من الماء فوق نار هادئة حتى ينضج ويتشرب جميع الماء ويتهرى ثم صفيه للتخلص من مائه بقدر الامكان

٥ - مرري السبانخ من منخل سلك أو مصفاة سلك للحصول على بيوريه ثم اخلطيه بمقدار ربع رطل من الصلصة البيضاء السميكة المكونة من نصف ملعقة كبيرة سمن ، ونصف ملعقة كبيرة دقيق وربع رطل لبن وتعمل كما سبق في صلصة الباشاميل وتترك على النار حتى يغلظ قوامها ثم تخلط بالسبانخ المصفاة ويضاف الملح والفلفل ويضبط الطعم

٦ - اضربي زلال البيض حتى يجمد تماما ويصير كالصابون ثم أضيفيه بخفة الى العجينة السابقة ويقلب بخفة وتستعمل مباشرة لان تركها بعد هذه الرحلة يفسد النتيجة
٧ - ادھني طاسة تحمير مقدارها حوالي ١٢ سم دھنا غزيرا بالسمن ثم ترفع على النار حتى يقدح ثم صبي فيها مقدار قليل جدا من النقيطة بشرط ألا تتجاوز سمك النقيطة في الطاسة أكثر من ربع سم وكلما كانت رفيعة كانت النتيجة أحسن والطعم أشهى

٨ - تحمر الفطيرة حتى يحمر القاع قليلا ثم تقلب بخفة جدا على الوجه الآخر حتى يحمر السطح الآخر ثم ترفع من على النار وتقلب فوق منضدة رخام أو طبق كبير مسطح وتحشى فورا وهي ساخنة بمقدار من السبانخ البيوريه وتلف كالسيجارة كما هو موضح بالرسم ثم رشى السطح بقليل من الجبنه الرومي المشبورة

٩ - كرري العملية السابقة حتى ينتهي ما عندك من مقدار النقيطة .

١٠ - رصي الفطائر المحشوة في طبق وجمليه بالبقدونس ويقدم للاكل ساخنا .

ملحوظة :

يمكنك استبدال السبانخ باللحم العصاج ثم ترصين الفطائر في صينية مدهونة أو في طبق فرن مدهون ويصب فوقه قليل من صلصة الطماطم وتوضع في فرن هادئ لمدة عشر دقائق حتى يحمر الوجه ويقدم للاكل ساخنا

س.ت : ٢٤٥٨٨

شركة الصناعة والتجارة المصرية - ش.م.م. مصانع تعبئة كوكا كولا - بني سويف

طماطم في يوليو

الثلاثاء ٨ يوليه

فاصوليا مكمورة ، أرز
مفلقل ، مخلل ، فاكهة

الاربعاء ٩ يوليه

ضلمه منوعة ، دمة ،
سلطة طماطم ، فاكهة

الخميس ١٠ يوليه

ملوخية ، أرز مفلفل ،
مخلل ، فاكهة

الجمعة ١١ يوليه

صينية قرع بصلصة
البشاميل ، مكرونة
بالطماطم ، سلطة
خضار ، فاكهة

السبت ١٢ يوليه

بامياويكه ، أرز بالشعرية ،
سلطة خيار ، فاكهة

الاحد ١٣ يوليه

تورلى ، أرز مفلفل ،
سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ١٤ يوليه

بازنجان مقلى بصلصة
الحل والثوم ، سلطة
زبادى ، فاكهة

الثلاثاء ١٥ يوليه

بطاطس مكمورة ، أرز
مفلقل ، سلطة خضار ،
فاكهة

الثلاثاء أول يوليه

لوبيا خضراء مكمورة ،
أرز مفلفل ، سلطة
خضر ، فاكهة

الاربعاء ٢ يوليه

باميا مكمورة ، أرز
مفلقل ، سلطة طحينية ،
فاكهة

الخميس ٣ يوليه

بازنجان بصلصة
البشاميل ، مكرونة
بالطماطم ، سلطة زبادى
بالخيار ، فاكهة

الجمعة ٤ يوليه

كشك ، دمة ، أرز
مفلقل ، سلطة خضار ،
فاكهة

السبت ٥ يوليه

قرع مكمور ، أرز مفلفل ،
سلطة خضار ، فاكهة

الاحد ٦ يوليه

صينية بطاطس بيوريه
بالعصاج ، سلطة خضار ،
فاكهة

الاثنين ٧ يوليه

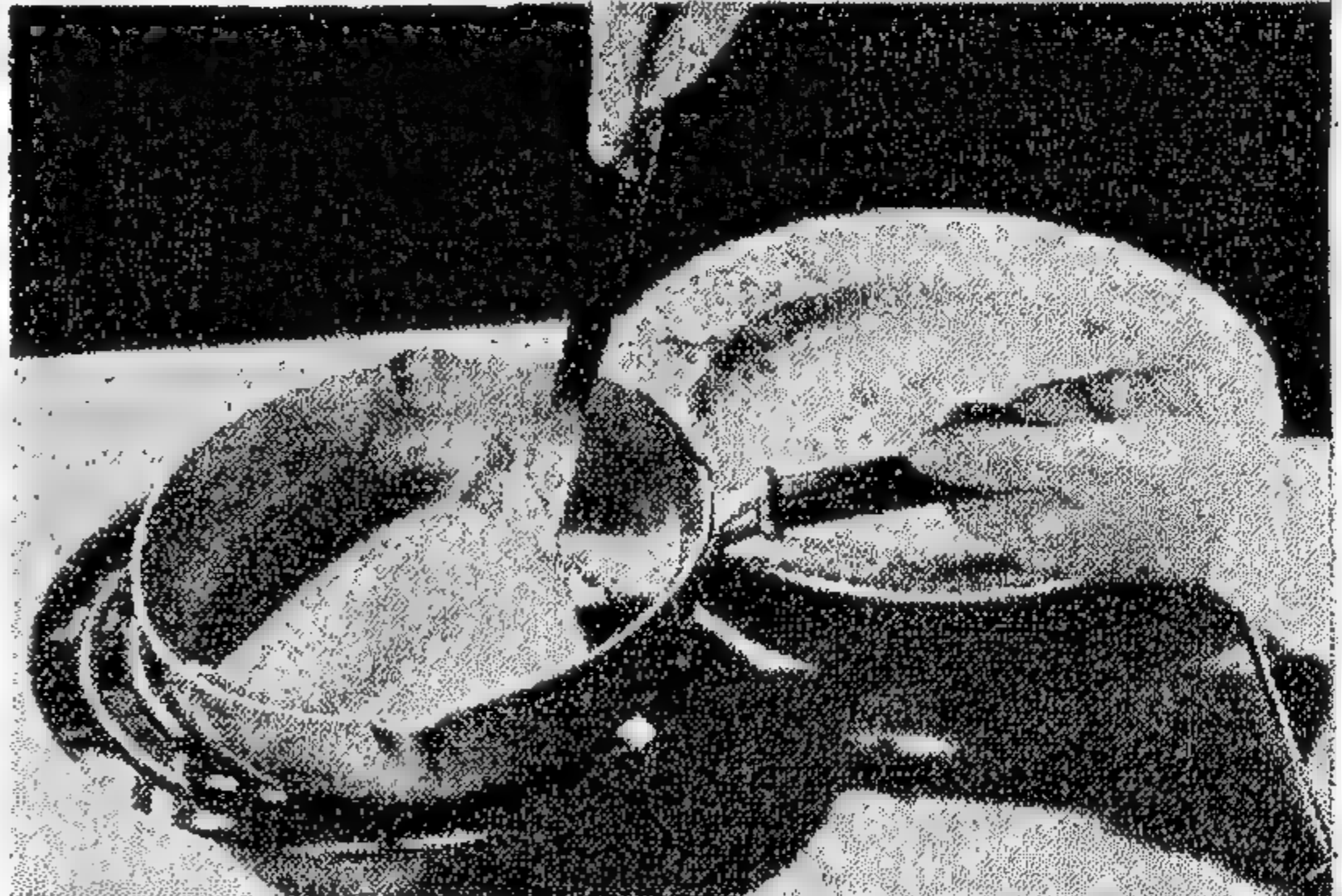
الفلفل المقلى بصلصة الحل
والثوم ، سلطة زبادى ،
بطيخ

ان غابت زومتك فان الصيف



١ - استحضري
بيضتين ومقللة .
ضع قطعة من
السمن في المقللة
وبينما يكون
السمن على
النار . اكسري
البيضتين في اناء
ورجهما بخفة .

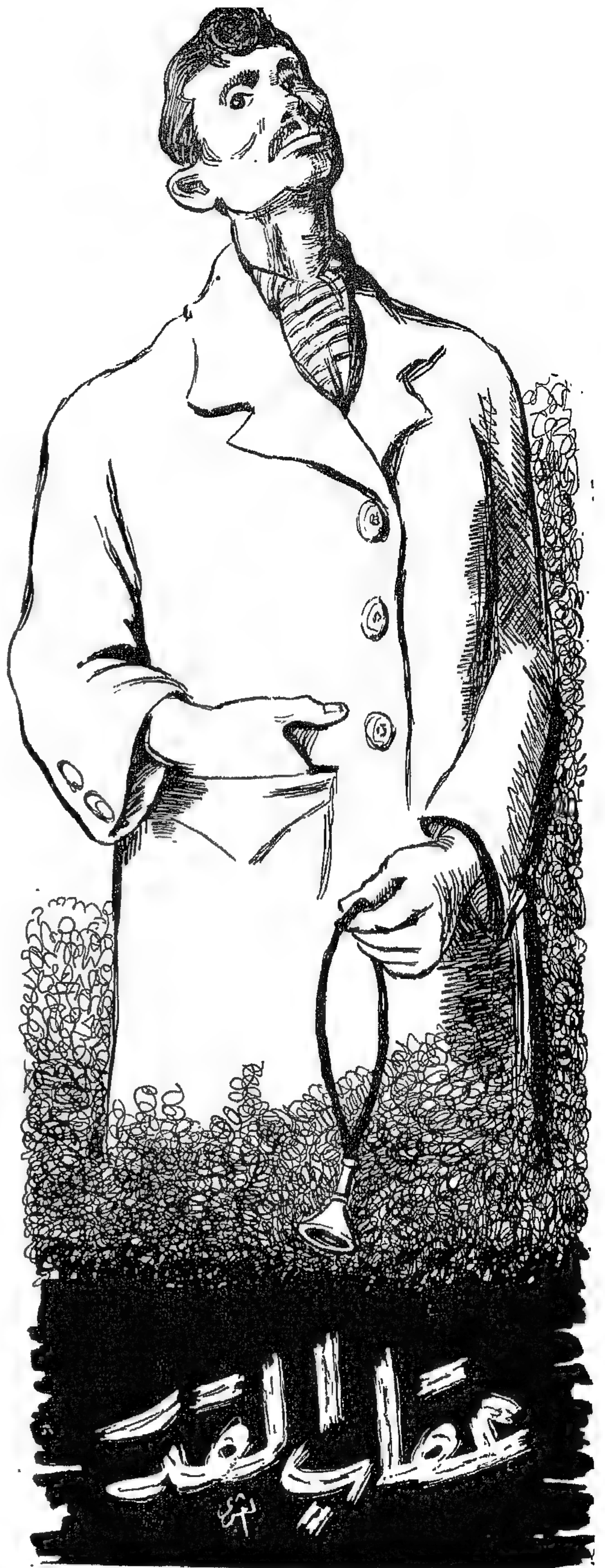
٢ - صب
البيض في المقللة
وحيثما تجده
قد تماسك مكونا
قرصا رقيقا
استحضري شوكة
وحركيها اسفل
القرص .



٣ - استمر
في هذه العملية
حتى ينفصل
القرص كلية عن
قاع المقللة .
وابدا في طي
طرفي للقرص
بعضهما على
بعض .

٤ - انقلي
القرص بحالته
الاخيرة الى طبق
مستعينا على
ذلك بسكينه او
شوكة .





من طبقة متوسطة متواضعة ... وفي جو من الفاقة والحرمان وشظف العيش ... نشأ زغلول .. وأحس الفتى بما يحيط به .. وفتح عينيه على

حقيقة ... طالما حاول انكارها .. وحمل نفسه على نسيانها .. ولكنه لم يجد الى ذلك سبيلا ... فقد كانت عامرة بالطموح .. مليئة بالعز على بلوغ المنى .. أو الهلاك ..

واستطاع زغلول أن يشق طريقه في الحياة بين الصخور والاحوال ... وساعده القدر الى أبعد حد ، ومد يده اليه ، حتى استطاع أن ينهى بين القلق والحيرة مرحلة التعليم الثانوي ...

ووقف ينظر الى المستقبل بمنظار أسود .. ماذا يفعل والدراسة الجامعية تقتضيه مالا وجهدا لا سبيل اليهما . ان الصعوبات تعترض طريقه أينما ولي وجهه .

ماذا يفعل ولا أمل له في حياة يستطيع فيها أن يتوافر على دراسته . أخذت الافكار تتكاثر عليه .. وفشل وهو صاحب العزم في أن يجد لنفسه مخرجا من هذه الازمة .

ولم يطل به التأمل والتفكير ، اذ يسر الله له أسبابا قذفت به الى (كلية الطب) . لقد كان يحلم بالمجد عن طريقها ويهدف الى الشهرة في محيطها .. وكم كان يتمنى أن يكون بين أهل حيه شيئا مذكورا .

أصبح طالبا في كلية الطب وضمته مدرجاتها ومعاملها ، فكان بين زملائه مشهورا بالجد والرزانة ، والاقبال على العلم ...

لكنها الحياة .. ما أقساها على المعدم .. ولكنه الفقر ما أشده على أهله . لم يترك له مجالا للتوافر على دراسته بل دفعه الى طلب العيش يسعى في سبيله ليقوم أوده وليحفظ كيانه . وليستطيع أن يجالذ الزمن ، حتى يبقى حيث هو الطالب المرضى عنه من أساتذته وزملائه ...

تغلبت القسوة على العزيمة .. ولكنه صبر لها وصابرها . واقتطع من قوته ما استطاع به أن يستمر حقيقته . فبدأ في صورة المتصرف المتكلف . وراح يحاور ويداور ويعلن عن نفسه في حيه وبين أبناء

جلدته حتى بلغ به الغرور العجب ، فراح يذيع انه على وشك اتمام دراسته الطبية ، وأنه لا يلبث أن يصبح بعد قليل (الدكتور زغلول) الذي يعطى لله بعض حقه عليه وان (السماعه) لا تلبث أن تؤدي واجبها الانساني وان في مقدمة برنامج الرفق بأهله وأهل حيه ..

وراح يتهادى (بسماعته) ويتحلى (بحقيبه) ويبرزها في روحاته وغدواته ليرى كل من له عينان وحتى يسمع كل من له أذنان أنه بسبيل العمل في ميدان الحياة ... حيث سيجاهد ضد الجهل والمرض ...

وتأصل الغرور في نفسه ... فراح يتهتم بالجهل والعقوق كل مناد له باسمه دون لقب (الدكتور) ...

كان الحي الذي يعيش فيه يضم أهلا لا خبرة لهم بمكائد الحياة ... أهل بعيدون عن الرياء والنفاق صفت نفوسهم وقلوبهم .. فصدقوا كل مقال للدكتور زغلول ...

ويا ليت القدر أشفق على غصنه الرطب .. وعلى آماله البعيدة وتشوقه الى الخدمة العامة .. فقد كان يصرف وقته بين الحصول على ما يستر به عوزه وبين ظهوره بمظهر الدكتور .

أناخ عليه القدر ... فضمته قائمة الراسبين في السنة الاعدادية ، وتكاثرت عليه العلل .. ووقف به الزمن في موقف اليأس .. وأحس بتهدم آماله وانهيار أمانيه ، حين ترامي اليه أن أحد أبناء الحي قد التحق بكلية الطب ..

يا لله .. وبالله .. ماذا يقول هذا الزميل عنه في أهله .. وماذا يذيع فيهم وماذا يكون شأنه معهم حين يستمعون اليه وهو يعلنهم بحقيقة الحال فيه .

لم يشأ أن يواجه الموقف الجديد حتى لا يكون أضحوكة الحى وموضع سخريتهم وتندرهم فأوحت اليه نفسه بالتخلف حتى لا يواجه الزميل فتواجهه الحقيقة المرة التى يهابها ويخافها .. فضاع عليه بهذا تحصيل عام مضى .. حين فاته كثير من المحاضرات .. وما تضمنه من جديد فى العلم الطبى والمعارف العامة وضربه القدر ضربة جديدة حين أذيع رسوبه فى الاعدادية مرة أخرى .. وما ترتب على هذا الرسوب الجديد من حرمان وفصل من دراسته الجامعية ..

ماذا يفعل بعد هذا المؤلفات التى اشتراها ، ونفذ منها الى كل جديد فى علوم الطب ليستطيع أن يكيف الداء فيصف الدواء ... ولطالما كان التوفيق يصاحبه فيجىء العلاج وفق ما ذهب اليه .. حتى اكتسب شهرة رشحته للمركز المرجو فتردد اسمه على كل لسان .. ولمع فى الحى نجمه ... حتى ترامى عليه فتيات الحى يتبارين فى كسب مودته ، والسعيدة منهن من فازت بنظرة أو موعد لقاء ...

وكان اذا ما وقع صيد ثمين فى يده يباهى به ويصاحبه ويجوس به خلال الديار كدليل على فوزه الطبى وبراعته الفنية ، ولم يسلم زغلول من الحفيظة عليه ، فقد أعلن عليه من لم يوفق لصحبته حربا لا رفق فيها بدافع الحق والكيد وكان من جانبه يبالغ فى احتقار أعدائه ، ويظهر عدم مبالاته لما يصدر عنهم ...

كانت (دولت) مصدر غيظه ، فقد كانت مليئة بالكيد له فهي تتمناه لنفسها ولكنها لم تلفت نظره لمظهرها المتواضع وبعدها عن التكلف والاصطناع ، حين غلبتها من استطاعت أن تستأثر به

وكان زغلول يعرف عنها ما يختلج فى نفسها ، فكان يقسو عليها ويعلن زرايته لها ... حتى اضطرها الى أن تهتم بنفسها وبمظهرها لتكسب مودته ، وتقلب تلك التى صرعتها فى ميدان حبها ، فما مضى طويل وقت حتى بدت فى الصورة التى يهواها (الدكتور) زغلول وأسرفت فى هذا الى الحد الذى اعتزمت فيه أن تستأثر به مهما كلفها هذا من جهد وما تدفعه من ثمن ..

ووقعت (دولت) فى نفس زغلول ، وتحول حقه عليها الى رغبة فيها ، وراح يحاول أن يوقعها فى شرك حبه ، ولكنها اصطنعت الوسائل لتهمز به فى هذا الميدان الذى اختارته له فما استطاع أن يوفق فى سبيل الحصول عليها فقد أغناها الرجال بتهافتهم واقبالهم عليها ، اذ وجدوا فيها لقمة سائغة وشرابا هنيئا ، ولونا جديدا فيما رأوه من بنات الهوى ، وكانت نجمة الكباريه الذى تعمل فيه . ودرت عليه وعلى خزانته مالا وفيرا جعلت أصحابه يضعونها فى الصدارة .. ويحولونها محلها الجديدة به من اعتبارهم واحترامهم .. لقد كان كل هم (دولت) أن تتألق فى مظهرها ، وأن تبدو فيه فاتنة رائعة ، حتى تحطم قلب الفتى الذى حطم آماله عند ما كانت حالتها السابقة لا تساعد على أن تظهر بالمظهر المغرى لزغلول (الدكتور) !

ومضت الايام سريعة .. فاذا بدولت زوجة لرجل عشقها ، واعتصرها ، وما أن بلغ غايته منها حتى قذفها الى الميدان الذى أوقعها فيه ، كان الزوج رجعيًا ، وكانت دولت من بنات الهوى التى أجادت وسائل خطف الرجال . ولم يكن هناك انسجام بين الزوجين ..

لشيء واحد بسيط هو الفارق بين البيئتين . وبين المنشأتين ...

وراحت (دولت) فى وحدتها تبكي حظها العاثر ، وتندب أملها ، حين فقدت السعادة التى كانت تراودها فى أحلامها ويقظتها ، حين شاء لها القدر هذا الزوج الذى ظنته مطواعا لها .. عجيبة تصنع منه ما يصنعه المثال . وفتحت دولت عيونها على الحقيقة .. الحقيقة التى ظلت مستورة عنها .. عرفت أن الذى ساقها الى حتفها هو انحدارها الى الهاوية .. وتشبعها من مظاهر الحياة الخادعة .. وخروجها على تقاليد ... فكفرت بكل وسائل التكفير عن سيئاتها ، أو ما تظنه سيئات آمنت بها هى التى صرعتها ..

عادت الى حياتها وزاوت تعيش فى بيئتها التى خلقها الله لها . واضطرت الى احترام مهنة شريفة سعت من ورائها الى العيش ... وقد صممت أن تعيش حيث أوجدها الطبيعة ...

وفى هذه اللحظات الحاسمة فى تاريخها التقت بزغلول وقد مضت به عجلة الزمن هو الآخر فبدا فى صورته الحقيقية وتجرد من فساده وضلاله الذى أورده موارد التهلكة ، وباعد بينه وبين الزيف والاهام التى كان يحيط بها نفسه ..

والتقت العين بالعين .. وأنس القلب للقلب .. ونظر كل منهما الى الآخر .. وأطال النظر .. وتحدثت العيون بلغتها المعروفة .. وما مضى طويل وقت حتى جمعهما بيت واحد على كتاب الله وسنة رسوله بعد أن أفضى كل منهما بحقيقة أمره وقد أقسما أن يعيشا لنفسيهما ولله . عسى الله أن يفرج كربتهما ويسر لهما

سبيل العيش الهادئ .. والحياة الدائمة المستقرة . وأحس زغلول بالهدوء الطبيعى يتساب الى نفسه ، وعرفت نفسه لأول مرة فى حياته الاستقرار والاطمئنان وهدوء البال ، وكان بشير السعد وطالع اليمن اعتزاه استئناف دراسته بكلية الطب .. وفتح الله عليه عديدا من أبواب الرزق .. فلم يطل به المطاف حتى وفق لعمل فى أوقات فراغه در عليه مالا كان عونه وعون زوجه وضمن لهما راحة الضمير وهدوء النفس .

وعاشا سعيدين كما يعيش السعداء .. ومضت به عجلة الزمن سريعة .. مسرعة .. فكان (طبيبا) ناجحا وعنوانا للشهرة والمجد والنجاح وتبدلت أخلاقه .. فعرف بصراحته وبراعته وقوة منطقته .. ونظراته الواقعية الصحيحة وهكذا أصبح الدكتور زغلول اسما يحتل فى المجتمع مكانة مرموقة بعد أن عاقبه القدر على ما اقترف من اثم فى حق نفسه حين لبس لباس الزيف والبطلان فكان من أمره ما كان .

صلاح توفيق

امتحنى معلوماتك

التاريخية

الاجابة الصحيحة

١) السيدة ايفا بيرون نائبة رئيس الجمهورية

٢) ساروجينى نايدو شاعرة

٣) مولانا ابو الكلام آزاد وزير معارف الهند

٤) الدوقة وندسور امريكية الاصل

٥) الامبراطورة اوجينيه

٦) الاميرة زكية

«كان» وإمكانيات

جاءتنا هذه الكلمة ردا على المقال الذى كتبه الاستاذ محمد عبد القادر المازنى ، و «بنت النيل» التى عملت وتعمل دائما على النهوض بالفن السينمائى فى مصر يهملها أن يعرف حضرات السينمائيين أنها لم تقصد فى مقالتها السابقة الاقلال من شأنهم ، وانها ترجو أن يعتبروا هذه الكلمة خاتمة لمناقشة أخوية تهدف لخير الفن فى مصر .

* * *

يقولون اننا فى دور تطورى نمر به الآن ، وسبقنا فى المرور به غيرنا من البلاد الاجنبية التى ترى الآن فى قصتنا المؤلفة شيئا معادا بالنسبة لتطورها السابق على تطورنا .

كما يجهل الكاتب أن منتجينا وممثلينا يعملون فى سنوديوهات غير كاملة ، ولا تساوى شيئا البتة مهما عظمنا الى جانب الاستوديوهات الاجنبية المعدة بكل ما يقتضيه نجاح الفيلم من استعدادات فنية فى التصوير وفى الاضاءة وفى الصوت وفى كل الادوار الفنية التى يمر بها الفيلم حتى يصبح عملا فنيا كاملا معادا للمشاهدة على الشاشة .

ولقد حاول الاستاذ الكاتب أن يدافع عن اختيار الحكومة لممثل مصر فى مؤتمر السينما فى كان . ونحن مع تقديرنا واحترامنا لشخص ممثل مصر الحكومى . لا يفوتنا أن نذكر أن من أسباب ضعفنا دائما أننا لانختار للاعمال من يكونون أكثر مقدرة من غيرهم على القيام بها لانهم أكثر من

فى الوقت الذى ينبغى أن ننقد فيه أعمالنا سعيا وراء الاصلاح ، ينبغى أيضا أن نجعل هدف هذا النقد البناء لا الهدم ، والتوجيه والارشاد

ولهذا كان المقال الطويل الذى كتبه الاستاذ الناقد فى صحيفة بنت النيل فهاجم فيه شركاتنا السينمائية بمناسبة اشتراك مصر فى مؤتمر « كان » ، وحمل فيه هذه الشركات تبعة ضعف الفيلم المصرى ، وردد فيه الاتهامات الظالمة التى توجهها الاقلام الاجنبية الى شركاتنا الانتاجية ، نقول لهذا كان مقال طويل كهذا شيئا لا يسر ولهذا ينبغى أن يوجه بعده كاتبه الى الحقائق التى يجهلها .

فالاستاذ الكاتب يدافع دفاعا حارا عن وجهة النظر الاجنبية فى افلامنا متجاهلا ان أسواق افلامنا محدودة وأن أغلب قصص هذه الافلام مؤلف فعلا وليس مقتبسا عن افلام اجنبية ، الامر الذى يؤكد دفاع منتجينا عن حالة الفيلم المصرى من حيث القصة حين

غيرهم اتصالا بهذه الاعمال ووقفا على حالتها الحقيقية وقد كان واجب الحكومة أن تختار لمثل هذا المؤتمر رجلا من رجال الفن كرئيس اتحاد النقابات الفنية أو مديرا للفنون الجميلة أو مديرا دار الاوبرا أو مديرا مؤسسة فنية كبيرة كمؤسسة سينما مصر مثلا

ان رجلا من هؤلاء الرسميين أو غير الرسميين كان يمكن أن يؤدى لمصر فى مؤتمر «كان» خيرا مما

قدمه ممثل الحكومة . وكان يمكن أيضا أن يدافع دفاعا صادقا قائما على الاقتناع الشخصى والاطلاع الشخصى لاتصاله المباشر بالاعمال الفنية فى مصر فلا يكتفى بأن يجعل مهمة تمثيله لنا مقصورة على الموافقة على ما يردده النقاد الاجانب من اتهامات هدامة تثبط همم القائمين بالانتاج الفنى فى مصر . ولعل هذا يكفى

«ناقد»

خلف الكاميرا

«كوفادس» الجبار فى طريقه اليينا

منظر حريق روما الذى يعد من أعظم المناظر التى صورت على الشاشة حتى الآن .

وقد أسندت مترو جولدوين ماير بطولة هذا الفيلم الجبار الى نخبة ممتازة من كواكب الشاشة أمثال روبرت تيلور ، ديبورا كير ، ليوجين ، بيتر يوستينوف ومرينا برتى بجانب ٣٠٠٠ شخص ظهروا فى الادوار الثانوية ، وأعدت ٣٢٠٠٠ زى روماني لهم ، وجمعت حيوانات مختلفة من أوروبا وأفريقيا تتضمن أسودا ، نمورا ، ثيرانا ، خيولا ، طيورا وغيرها .

وعلى كل حال فانه من الصعب ابداء أى رأى نهائى فى هذا الفيلم قبل مشاهدته على الشاشة . ولكننا متأكدون من شئ واحد وهو انه أضخم انتاج فى تاريخ مترو جولدوين ماير ، بل أعظم ما أنتجت هوليوود فى مدى النصف القرن الماضى .

اذا قلنا ان فلم «كوفادس» هو أضخم انتاج فى تاريخ السينما حتى الآن فاننا لا نكون قد تجاوزنا الحقيقة . فلقد أنفقت مترو جولدوين ماير أموالا طائلة واستخدمت أعظم خبراء فنيين لإخراجه على الشاشة بهذه الروعة والضخامة .

ويعتبر «كوفادس» حلما حققته هذه الشركة بعد سنوات عديدة من الدراسة والتحضير . فمنذ عام ١٩٣٨ والمحاولات دائمة لاعداده للشاشة ، ولكن الحرب جعلت إخراجه مستحيلا نظرا لرغبة الشركة فى تصويره فى روما . فلما وضعت الحرب أوزارها أرسلت الشركة المنتج سام زيمبايست الى روما . فوقع اختياره على أستوديوهات شينشيتا لتصوير مناظر الفيلم . فشيدت فيه المناظر الضخمة التى تتضمن قصر نيرون والسرك الهائل والتمثيل العظيمة والمنازل الحجرية على الطراز الرومانى القديم التى استعملت فى

مع أهل الفن

الاستاذ يوسف فهمى

وافق سعادة المدير العام لجامعة فؤاد الاول على تعيين الاستاذ يوسف فهمى سكرتيرا عاما للجنة المسرح الجامعى مع اختيار حضرته عضوا باللجنة المذكورة ، لما يتصف به من نشاط فى الدوائر الفنية وما يبذله من جهد لخلق وعى فنى بين طلاب الجامعة يساعدهم على تهذيب نفوسهم وتنمية ذوقهم .

و « بنت النيل » تهنىء الاستاذ يوسف فهمى بتلك الثقة التى هو أهل لها .

نجمة مصرية فى هوليوود

هذا خبر تنفرد بنشره « بنت النيل » ، وخلاصته أن احدى شركات السينما الامريكية رشحت للمجدد نجمة مصرية معروفة ، وينتظر اذا ما حازت القبول أن تغادر مصر قريبا الى هوليوود .

مخرجونا فى هوليوود

عاد الى مصر الاستاذ فطين عبد الوهاب بعد زيارته لاسـتوديوهات هوليوود ، التى استغرقت حوالى الشهرين . كما يزور عاصمة السينما الآن الاستاذ يوسف شاهين والمسيو جاك بسكال صاحب مجلة سينى فيلم ، وينتظر أن يسافر قريبا الى أمريكا الاستاذان صلاح أبو سيف وأحمد بدرخان بدعوة من السلطات الامريكية .

مجلس ادارة نقابة السينمائيين

أسفرت انتخابات مجلس النقابة الجديد التى أجريت فى الشهر الماضى عن دخول بعض الفنانين الشبان فى هذا المجلس وتدل الدلائل على أن هؤلاء الاعضاء الشبان الجدد سيحاولون

القيام بأعمال من شأنها اصلاح أحوال الصناعة ، فنرجو لمجلس النقابة الجديد التوفيق فيما يسعى اليه لخير السينمائيين .

أخبار مختلفة

♦ بدأ الاستاذ حسين صدقى فى تصوير فيلمه الجديد (الحكم الصالح) بطولة مريم فخر الدين والطفلة لبلبه وأمينه شكيب وحسن فايق

♦ يبدأ الاستاذ صلاح أبو سيف بانتاج فيلمه الجديد باستوديو نحاس

♦ انتهى الاستاذ يوسف وهبى بك من اخراج فيلم (بنت الهوى) بطولة فاتن حمامة وتحيه كاريوكا وكمال حسين ومارى منيب

♦ يعرض قريبا فيلم (عايزه اتجوز) بطولة وانتاج الموسيقىقار فريد الاطرش مع نور الهدى وليلى الجزائرية

♦ تفتتح سينما ستوديو مصر فى منتصف أغسطس المقبل بفيلم (سيدة القطار) بطولة ليلى مراد وانتاج الاستاذ عبد الحليم نصر .

مهندسو الصوت

ان مهندس الصوت فى مصر موظف بسيط يتقاضى أتعفه الاجور على عمله الخطير . ولقد قضت طبيعة العمل أن يكون مهندس الصوت موظفا فى الاستوديو ، فهو لا يستطيع أن يعمل لحسابه وأن يقرر الاجر الذى يتناسب مع عمله ، ولقد أصبح من الواجب تعديل مركز هؤلاء الفنانين وانصافهم ، فانهم يستحقون الانصاف والتقدير والمكافأة السخية ، والعنبل يقضى بانصافهم وافساح المجال أمامهم .

مصلحة الجمارك المصرية

تقبل عطاءات بكنسب حصرة صاحب العزة وكيل عام مصلحة الجمارك باسكندرية لعاية الساعة ١٢ من ظهر يوم ٢٠ يوليو ١٩٥٢ عن طبع وتوريد بطاقات رسم الانتاج على الكبريت وورق اللعب ويمكن الحصول على الشروط مقابل مبلغ ٢٢٠ مليما يضاف اليه مبلغ ٤٠ مليما اجرة البريد ونعيل الطلبات على ورقة سمعة من فئة الخمسين مليما

مصلحة الشئون القروية

تقبل عطاءات لغاية ظهر يوم ٣٠ يولية سنة ١٩٥٢ عن اصلاح دورة مياه مسجد صلاح الدين بالاقصر ويقدم الطلب على ورقة سمعة فئة الخمسين مليما للحصول على الشروط والمواصفات من الادارة الهندسية بقنا نظير دفع مبلغ ٥٠٠ مليم بخلاف مائة مليم اجرة البريد ويمكن الاطلاع على الرسومات والبيانات اللازمة من الادارة الهندسية القروية بقنا (١٩٣٩)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس طنطا البلدى حتى ظهر يوم ٥ يوليه سنة ١٩٥٢ عن عملية اصلاح وترميم دار سينما وتياترو البلدية وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة سمعة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ جنيه للنسخة بخلاف اجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس المنصورة البلدى حتى ظهر يوم ٢٦ يوليه سنة ١٩٥٢ عن عملية انشاء سور حول الجبانة وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة سمعة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ ٥٠٠ مليم للنسخة بخلاف اجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه

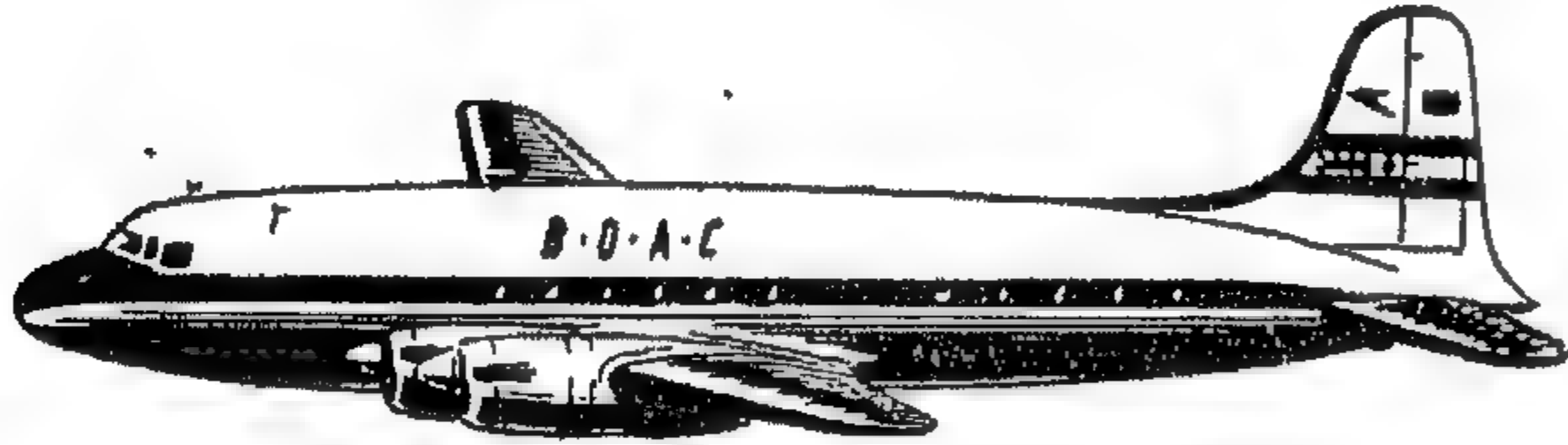
رحلة B.O.A.C الجديدة

سافر بطائرات B.O.A.C إلى

فراانكفورت

عن طريق

القاهرة - روما - فرانكفورت - لندن



تغادر هذه الرحلة الجديدة السريعة مدينة القاهرة صباح كل سبت وتمتلك من السفر مباشرة إلى ألمانيا الغربية بطائرات B.O.A.C ذات الاربعة محركات والمكيفات هواء وضغطا

الأميرة: ٧٥,١٠٠ ذهباً

١٣٥,١٥٠ ذهباً وإياباً

لا توجد أتعاب خدمة ولا أية زيادات

ونذكر: الطريق الجوي B.O.A.C يقضى بك كل الساعة

سافر بطائرات B.O.A.C

للاستعلامات وحجز الاماكن:

القاهرة اشارع بشأن ٧-٩/٤٩٧٤٥-٩/٤٩٩٩٠-٩/٤٩٩٩٨-١٠ الاسكندرية
١٥ ميدان سعد زغلول ٢٨٣٧/٢٨٨٨١ - أو اتصالاً باحدى وكالات السياحة

١-١٤٨

نصائح ليرفك نفسك

٤ - فاذا ما حل المساء وضعت على وجهها ماسكا للجمال فتبدو وكأنها شيطان رجيم . وقد حاولت أن ألقت نظرها الى ذلك ولكن بدون جدوى .



المنزلية من مآكل وملبس ومشرب ، بينما هو اليوم يقاسى الامرين من عدم اكتراث زوجته له واهمالها شؤونه اهمالا عجيبيًا .
وها هو ذا يلخص لنا ما يعانيه من تصرفات زوجته الشابة في النقاط الست التالية :

كثيرا ما نسمع ان فلانا غير سعيد في زواجه وأنه لو ترك له الخيار بين الحياة الحرة الطليقة التي كان يحياها وحياة الزوجية التي يكابدها اليوم لفضل الاولى . وهو يقول لك : ان والدته حينما كان أعزب لم تهمل الاهتمام بأوازمه

١ - انها تهمل الاهتمام بهندامه فلا ترفو جواربه ولا تخطى زر قميصه . انها لاتهتم الابهندامها وب herself وب راحتها الشخصية



٥ - لا تهتم باعداد الطعام وتتركه على النار الى أن يحترق أو يكاد وهي تطهى دائما الطعام الذى لأحبه . . ولكن ما العمل؟



٦ - تنظر الى من أعلى متحدثة عن واجبات الزوج نحو زوجته ناسية واجباتها هي
وأنت يا سيدتى؟ لا شك فى أنك حريصة كل الحرص على هناء حياتك الزوجية . . . اعملى اذن بعكس تلك النصائح



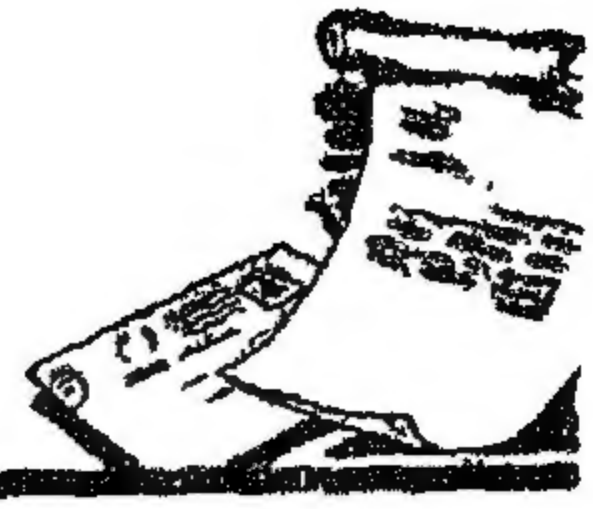
٢ - ان دعيا الى حفلة عشاء تركته ينتظرها الساعات الطوال وهي تنظر الى نفسها فى المرآة .
يجب أن تبدو جميلة على حساب أعصاب الجميع .

٣ - انها لا تكاد تترك التلفون لحظة واحدة وتشغل الخط فى أحاديث فارغة .
وقد دفعت فى الثلاثة شهور الماضية مائتى مكالمة زائدة .





بريد النيل



للجسم تحتوى على مركبات الحديد والفوسفور وخلاصة الكبد والفيتامينات وتستطيع هذه الانار بمضى الوقت واجتهدى الا تعرضى بشرتك للشمس أو لاي مؤثر آخر ملك ا.س شبرا :

من الافضل عرض حالتك على اخصائى وبممكنك الاتصال بمعهد النجميل العلمى ٣٧ عبد الخالق بروت فليدهم قناع لازالة القشور او يمكنهم ان يصنعوا لك مجانبا الكريم اللام لبشرتك وقولى لهم انك من قارئات بنت النيل وسيخفضون لك ١٠ ٪ من ثمن الكريم اللام لبشرتك

الانسة ف.ح سوريا :

(١) زاولى تمرينات بنت النيل المتابعة فهى ستفيدك كثيرا واعملى مساجا لنفسك وهناك جهاز خاص رخيص الثمن يمكن شراؤه من معهد التجميل وبممكنك السؤال عنه من المعهد بعنوانه ٣٧ شارع عبدالخالق تروت وقولى انك من قارئات بنت النيل وسيلذكرون لك الثمن المخفض (٢) بقع الشمس تزول من نفسها (٣) اذا لم تضرعى بشرتك لها (٤) بخصوص الشعر ارجعى الى مقال الدكتور حسن الحفناوى المنشور فى غير هذا المكان كما لا يمكننا ان نصف لك تربية لانها تختلف باختلاف شكل الوجه

شوشو على شبرا :

اهتمى بفدائك جيدا واكثوى من الرياضة فى الهواء الطلق وسيزيد وزنك ولكن احذرى تكون الشحم على جسمك

انسة مثالة :

اتبعى ماكتبناه للقارئة التى قبلك ولا ترهق نفسك بالتفكير او العمل وتأكدى انه بعد مدة قصيرة ستصبحين كما تريدن

بريد المسكيات

البائسة سعدية :

قدمى شكواك الى بلدية القاهرة بمكتب القائمقام محمد سيف الدين فسيعمل على انصافك وبنت النيل توجو من اصحاب البيوت ان يكونوا رفقاء بالمستأجرين فان ازمة السكن لا زالت مستحكمة بالنسبة للطبقتين الوسطى والدنيا . ونحن نلفت نظر اولى الامر الى ما يلجأ اليه اصحاب الاملاك من حيل للتخلص من مستأجريهم

الانسة هدى ع. بالجيزة :

نرجو منك ان تحضرى شخصيا الى مقر المجلة بشارع قصر النيل رقم ٤٨

القارئة المخلصة س.ش - ميت غمر: يقول الدكتور صلاح الدين يوسف انه يرى ان علاج السمعة مقصورا على رجيم خاص فى الاكل ومزاولة بعض الالعب الرياضية والسويدية . ولا ينصح باستعمال الادوية حاليا حيث انها قد تسبب اضطرابا وخاصة فى الغدد الصماء ونظام الاكل يكون بالاقبال على قدر المستطاع فى المواد السكرية والنشوية والدهنية مثل العيش والارز والمكرونه والبطاطس والبقول والفطائر والسمن والدهنيات كما يمكن اكل كل ما يتراءى لك من الخضروات الطازجة والمطبوخة واللحوم الحمراء بدون دهن وكذلك الفراخ والارانب

بريد الجراح

يجيب على هذا البريد الدكتور حسن الحفناوى اخصائى ومدرس الامراض الجلدية بالقصر العينى

ف.ك حائرة بالاسكندرية :

اعرضى نفسك على اخصائى فى الغدد فحالتك ناتجة عن اختلال فى افرازاتها

ع.س طنطا :

بشرة ابنك دهنية فابدئى اولا بتنظيم غذائه بحيث يقلع عن النشويات والدهنيات والحوادق والشيكلاته والمسليات ويمكنه استعمال كريم انا بولا المجفف للدهن ولكن الافضل هو علاجه بالاشعة الباردة عند الاخصائى جلال مكاوى :

(١) نحن نشر ما نعهده ضالحا ويمكنك ان ترسل الينا ماتريد (٢) استعمال فسيل تريكو فيلينا فهو يزول قشر الرأس ويمكنك الرجوع الى مقال الدكتور حسن الحفناوى فى غير هذا المكان

ليلى مرتضى :

جلدك حساس جدا فلا تستعملى هذه الطريقة بكثرة ولو انها مجدية اما العلاج بالكهرباء فهو غال نوعا ويحتاج الى وقت ولكن نتائجه مضمونة وبممكنك استعمال فيست لحين عرض نفسك على اخصائى

ابنة قاسيون :

بخصوص بشرتك الدهنية فيمكنك اتباع ما كتبناه للقارئة ع.س ولكن خدى مقويات عامة

الى والد الطفلة التى عمرها ٣ سنوات :

يقول الدكتور صلاح الدين يوسف انه يجب ان تعالج المريضة المذكورة من الاسكارس والدودة الشريطية وذلك باشراف طبيب اخصائى لان جميع الادوية المستعملة فى علاج هذه الديدان قد تسبب اضرارا اذا تجاوز الرىض الجرعة المناسبة تبعا لوزنه وسنه وقد تسبب تسهما مما يجعل اشراف الطبيب ضروريا والا فليتها التوجه الى احدى مستشفيات الانكستوما او معهد الابحاث حيث تجد العناية الطبية اللازمة

اما الديدان الرفيعة التى وجدت اخيرا فى البراز فيغلب ان تكون ديدان الاكسيورس وهى تسبب هرش بالشرج وعلاجها الان فى متناول الايدى باستعمال الادوية التى تدخلها صبغة Gentian violet نصف قمحة ثلاث مرات يوميا مدة اسبوع وكذلك عمل حقن شرجية بمحلول ملح الطعام المركز اربع ليال متوالية . وارى ان يكون هذا بعد الانتهاء من علاج الاسكارس والدودة الشريطية بوقت كاف . ويجب اعادة فحص البراز بعد ذلك للتأكد من خلوه من هذه الديدان

م.م.ر بمصر الجديدة :

يقول الدكتور يوسف وهبه انه يجب عليك اتباع الاتى : (١) لازالة القشور الموجودة بالرأس يمكن استعمال المرهم الاتى بالنسب الموضحة :

كبريت ٣٠ ر.

حمض سلسيليك ٠.٦٠

فازلين ٣٠ ر.

وتذلك به جلدة الرأس تدليك خفيفا عند النوم وفى الصباح تفسل الرأس بماء دافى وصابون الكبريت (٢) اما الرائحة الموجودة تحت الابطين فعلاجها يجب ازالة شعر الابطين اولا ثم استعمال البودرة الاتية بالنسب الموضحة

حمض السلسيليك ٢٠٠

ثيمول ٠.٦٠

النشاء ٣٠ ر.

زيت بوكالبتوس ١٠٠

تلك ١٢٠ ر.

السيدة ل.ح اسكندرية :

(١) لا تحلقى شعر ابنتك فلاصحة لهذا الاعتقاد (٢) اما علاج شهيتها فيكون باعطائها تونى فيت للاطفال ملعقة صغيرة ثلاث مرات او أى دواء يحتوى على فيتامين ب ونظمى لها اوقات الطعام ولا تلحق عليها فى تناول أى غذاء لا ترغب فيه

بريد اطباء

صديقة بنت النيل (١.ن) :

يقول الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم اخصائى الانف والاذن والحنجرة انه يجب عليك عرض نفسك على اخصائى او ربما تكون شكواك راجعة الى مرضك بالتهاب الجيوب الانفية

السيدة ف. ابراهيم شرف - الفؤادية :

عرضنا شكواك على الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم اخصائى الانف والاذن والحنجرة فابدى استعداده التام لفحص حالتك فى أى وقت تشائين

الانسة ا. متى جبره :

يقول الدكتور محمد شوقى عبد المنعم انه لا ينصح بتعاطى أى دواء ينظم الغدد او يؤثر عليها من الاعلانات بل يجب عرض نفسك على طبيب اخصائى فينصحك بما ينفعك بكميات مضبوطة والى ان يتم ذلك تعاطى دواء مسكنا مثل مزيج البرومور والبلادونا فنجان صغير عند اللزوم لغاية ثلاث مرات فى اليوم بعد الاكل

اما عن الدواء المذكور فان كنت لا زلت مصرة على تناوله فهو ينفع للنسبات والسيدات معا ولو أننى اشك فى انه سيفيدك كثيرا

السيدة ن.م.ح عضوة اتحاد بنت النيل :

لا تيأسى من رحمة الله فلا زلت فى مقبل العمر ولا تيأسى من طول المدة فمثل حالتك قد تحتاج لسنة شهور أو سنة من العلاج المستمر فاعرضى نفسك على طبيب اخصائى نسائى تثقين فيه ودوامى على علاجه وفى هذه الاثناء يجب على زوجك ان يقوم بتحليل لمعرفة ان كان سبب العقم منه ايضا . وان كانت حالتكم المادية لا تسمح بهذا العلاج فتقدمى الى مستشفى الملك وانا اسهل لك كل ما تطلبينه من خدمات ش. فتلقى مصر القديمة :

يقول الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم ان هذه الظاهرة تحدث كثيرا عند بعض الانسات والسيدات ولا خطر منها الا اذا كان النزيف شديدا وفى هذه الحالة يحسن عرضها على اخصائى فى الانف . واذا وجد اضطراب فى الحيض سواء كان مصحوبا بالغم غير محتمل او كانت كميتته ومدته غير عادية فتحسن استشارة اخصائى فى امراض النساء

انسمة ن. محمد - رمل الاسكندرية:
قلت في رسالتك انه سيمود من
أمريكا في هذه الايام . انتظري
عودته . ثم قابليه او اتصلي به بآية
طريقة وعالجي الموضوع معه بكل
صراحة . خيرية بين الزوج أو عدمه
... ستعرفين نيته في هذه الحالة
ان كان الزواج حله المفضل فاهلا
وسهلا ... اما ان اختار طريق
التسويق والمطالبة فثقي من انه
يخدمك . وكوني حازمة في هذه
الحالة وابتمدي عنه واقبلي أول
زيجة مناسبة تعرض عليك وكركسي
لها كل عواطفك وسيوفقك الله الى
ما فيه الخير

الاستاذ زكي فرح بالظاهر :

نرجو حضوركم الى مقر المجلة
ومقابلتنا

السيدة حرم محمد عبد الحميد
العمراني :

نحن نشكركم على قصتكم المتممة
ونأسف لضيق المقام . وربما سمحت
الظروف في المستقبل بنشرها ونشر
امثالها

مشاركة بالمجلة - استاذنا
بالاسكندرية :

لا اعتقد اطلاقا ان ابن خالتك
هذا يأخذ عاطفتك نحوه مأخذ الجدة
.. فموضوعك كما أتصوره لم يخرج
عن انه واساك فاحبته وتعلقت به
فجارك حتى لا يصدمك صدمة
جديدة .. ولذلك فليس هو
السبب كما تتخيلين . كفى ضعفا
.. وحاولي ان تبدئي علاقة جديدة
على أساس طبيعي مع شاب جديد
حر ، لانه هو الوحيد الذي يمكن
أن يحل محل الشاب الاول الذي
صدمك . ابحتي عن مستقبلك بحثا
واقعا وتجنبي الخيالات والاهوام
ف. قارئة بالاسكندرية :

لا تخافي ولا تحزني فما فات مات
لقد مضت اكبر فترة حرجية في
حياتك وما دمت سعيدة مع زوجك
مطمئنة اليه فلا تهتمي بأي شيء
وسيري في طريقك المرسوم .
وبخصوص تحديد الوقت اعلمي ان
ما تسألين عنه غير معقول ولا يمكن
معرفة

انسمة ح. اغا شرقية :

اشغلي نفسك يا انسمة بأي نوع
من اشغال الابرّة أو التريكو فهذا
فضلا عن منفعتك بمحصول يدك
فهو يشغل وقت فراغك الكبير . أما
الجوانتي الجلد فهو يباع في المحلات
الكبرى

قارئة بالمنايا عنان لطفى :

(١) من الصعب ازالة البقع
الحمراء التي ذكرتها بالفستان
وانصحك بصباغة الفستان الى لون
افق (مناسب ٢) كريم نيفيا خاص
بنعومة بشرّة الجسم

سيرة الشافقة

لكثرة أسئلة القارئات التي
تتعلق بالسمنة قد خصصنا
لذلك النوع من البريد هذا
الباب ولم نجد خيرا من اخصائية
معهد السيدات الرياضي لكي
تدل القارئات على الطريق الى
الرشاقة

١٠ س . ع :

نحن لا نعرف سنك بالضبط اذ
لكل سن تمارينات رياضية خاصة
تناسبه ، ارسل خطابا اذكرى فيه
سنك ومقاسات جسمك الى معهد
السيدات الرياضي ٢٦ شارع حسن
باشا صبرى بالزمالك . وستدلك
اخصائية المعهد على الطريقة التي
تبعينها لكي تزول سمنتك . وقد
حادثنا المعهد بشأنك

انسمة متألّمة :

خطابك غير واضح ، وعلى أي حال
فالبدانة غير مستحبة ولكن اذا كان
ولا بد من أن تكوني بدينة نوعا فاجب
أن تكون بدانتك غير ناتجة عن وجود
شحم كثير بالجسم وهذا ليس بعيد
عليك اذ لا بد من مزاوله نوع من
الرياضة واتباع نظام معين من الاكل
م. مصر الجديدة :

لا شك أن حمامات البخار لها
فائدة كبيرة في مثل حالتك لانها
تقضي على الروماتزم ولكن
لا بد من نظام معين في أخذ هذه
الحمامات أما عن الاماكن التي يمكن
فيها أخذ هذه الحمامات فانه يمكنك
أن تتصلي بمعهد السيدات الرياضي
٢٦ شارع حسن باشا صبرى
بالزمالك . ويقع خلف محطة شل
المعبدة سعاد :

تقول اخصائية معهد السيدات
الرياضي أنه يجب أن تقللي من أكل
النشويات وتكثري من الحضر الطازجة
واللحوم الحمراء في طعام الغداء ،
تناولي الفاكهة في الافطار والعشاء
بقدر الامكان .

ش. ف :

للاسف .. كان بودنا أن نحقق
رغبتك في ازالة هذه السمنة وكان
بودنا أن نطلب من اخصائية معهد
السيدات أن تساعدك في هذا لولا
أن المعهد غير مصرح بدخول الرجال
فيه وهو مقصور على السيدات فقط
وأظن أن هذا واضح من اسم المعهد .

ميمي :

ضعف أعصابك اما لاضطراب
نفسى أو اضطراب عضلى فاذا كان
السبب الاول فيمكنك الاتصال
بالعيادة النفسية بمعهد التربية واذا
كان الثانى هو السبب فهناك أشعة
خاصة لعلاج الاعصاب تستطعين
العلاج بها عند الاطباء أو (معهد
السيدات الرياضى للحالات البسيطة)

ف. ن اسويط :

تقول اخصائية معهد السيدات
الرياضي انه يجب أن تعالجي السبب
أولا حتى لا تزيد سمنتك فاكثري من
الحركة والمشي اذ أن هذا يستهلك
المواد الدهنية التي فى جسمك والتي
تسبب لك السمنة ، أو حاولي نط
الجل اذا استطعت حتى يكثّر عرقك
ولا داعى للذهاب الى المعهد .

س. ح :

ان عملية المساج لا يتقن عملها أى
شخص .. حقيقة أنه يمكنك أن
تعمل مساجا لبعض أجزاء جسمك
بنفسك ولكن لا بد من شخص
مختص لعمل المساج وهذا العمل
لا يأتي بالخبرة فقط ولكن لا بد من
شهادات علمية تؤهل حاملها أن
يزاول هذه العملية بنجاح وفي
هذا تقول اخصائية معهد السيدات
أنها لم تحاول أن تعمل مساجا لسيدة
قبل حصولها على شهادتها من لندن
التي استغرقت دراستها فيها خمس
سنوات علاوة على دراستها في مصر .

العائرة نوال :

يؤسفنا أنك لا تتمتعين بروح
نفسية عالية اذ لماذا تفقدين الامل فى
حالتك فيجب أن تذكرى دائما أنه
لا يوجد مستحيل ولكن لكل حالة
علاج مهما صعب . والواقع أنك
تحتاجين لعلاج نفسى فلا ضرورة لان
تقصدي معهد السيدات الرياضي

شكرا لبنت النيل :

كنا قد نشرنا فى عدد سابق قصة
واقعية بعنوان «سانتحر .. سانتحر»
كانت تنوى صاحبها الانتحار
لسمنتها المفرطة وتعرف القارئات
ما كان من أمر احانتنا أمر هذه
القارئة الى اخصائية معهد السيدات
الرياضي وما كان من وعدها لنا
بالعناية بعائلتها وقد وصلتنا فى
بريد هذا الشهر رسالة من تلك
القارئة الكريمة وها نحن أولاء ننشر
جزءا منها « .. وعلى هذا فشكرا
لبنت النيل اذ أننى أصبحت الآن
رشيقة لا تلتفت سمنتى الانظار
وأرجو أن تشكروا اخصائية المعهد
على صفحات مجلتكم الغراء »

س. ش - شبرا

لا شكر على واجب يا آنسى

وزارة المعارف العمومية

تقبل العطاءات بعنوان حضرة
صاحب العزة سكرتير عام وزارة
المعارف العمومية بشارع الفلكي
بالقاهرة عن طريق البريد أو بوضعها
باليد فى الصندوق المخصص لذلك
بإدارة المحفوظات بالوزارة لغاية
الساعة الثانية عشر من ظهر يوم
الأربعاء الموافق ١٩٥٢/٨/٦ عن
توريد الميكروسكوبات اللازمة
لمدارس الوزارة لسنة ٥٢ - ١٩٥٣
ويمكن الحصول على الشروط وقوائم
الناقصة من مراقبة التوريدات
بشارع صفية زغول بالقاهرة نظير
دفع مبلغ ٤٠٠ مليم خلاف اجرة
البريد (١٩١٤)

مصلحة البلديات

يطرح مجلس الفيوم البلدى
الناتج من مزرعة المجارى فى الزاد
العلنى عن بيع ثمار الزيتون وقد
تحدد ظهر يوم ١٩٥٢/٧/١٥ موعدا
للتزايد بدويان المجلس وعلى من
يرسو عليه العطاء ان يدفع فورا
٢٠ ٪ من قيمة العطاء وتطلب
الشروط والمواصفات من المجلس
على ورقة تمغة من فئة الخمسين
مليما نظير مبلغ ١٠٠ مليم (١٩٠٢)

وزارة المعارف العمومية

تقبل العطاءات بعنوان حضرة
صاحب العزة سكرتير عام وزارة
المعارف العمومية بشارع الفلكي
بالقاهرة عن طريق البريد أو بوضعها
باليد فى الصندوق المخصص
لذلك بإدارة المحفوظات بالوزارة
لغاية الساعة العاشرة من ظهر يوم
الثلاثاء الموافق ١٩٥٢/٧/٢٢ عن
توريد خامات الميكانيكا والمعادن
اللازمة لمدارس الوزارة لعام ١٩٥٢ -
١٩٥٣ ويمكن الحصول على
الشروط وقوائم الناقصة من مراقبة
التوريدات لشئون المشتريات بشارع
صفية هانم زغول بالقاهرة نظير دفع
مبلغ ٥٠٠ مليم خلاف اجرة البريد
(١٩١٣)

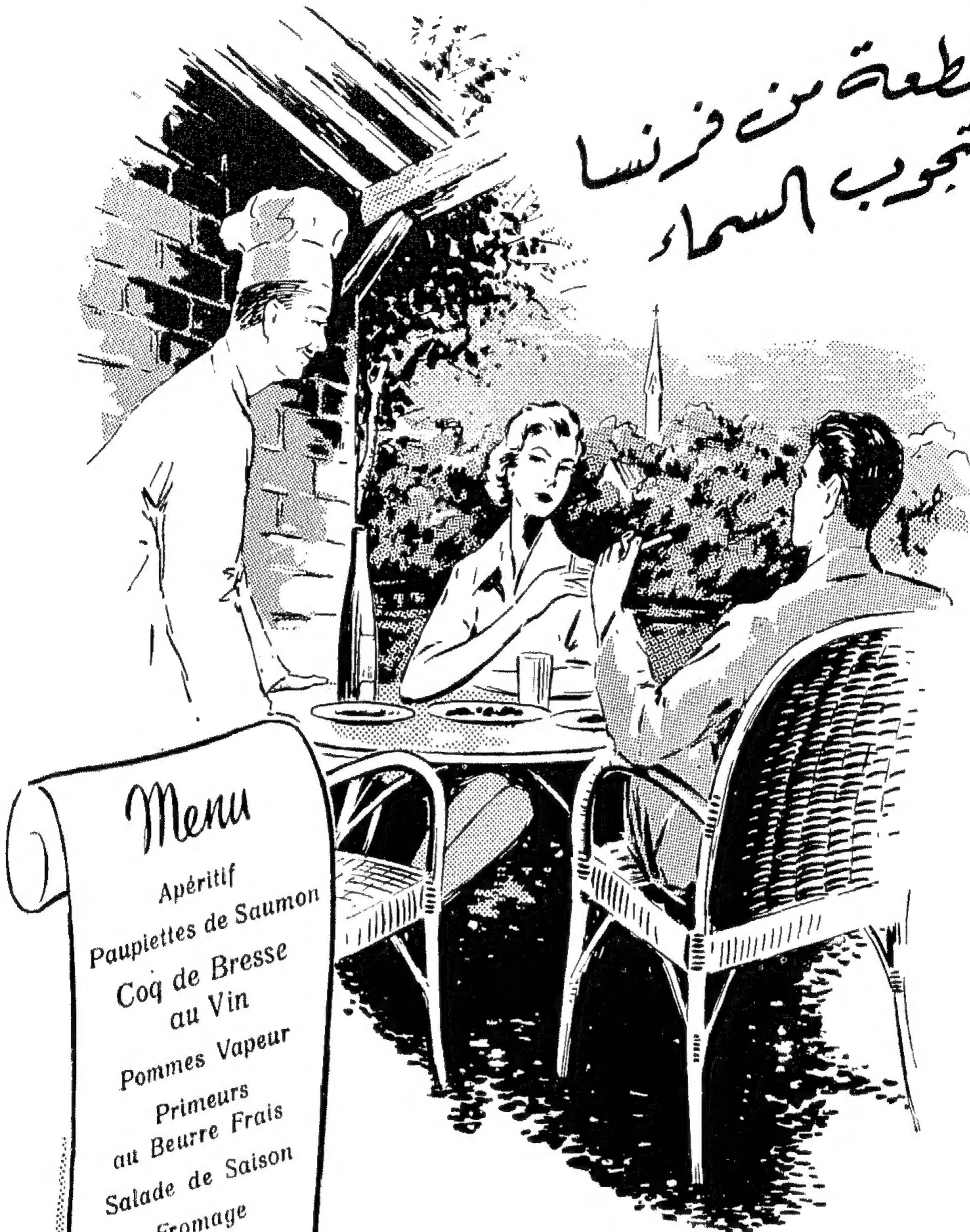
مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس قويسنا
المحطة البلدى حتى ظهر يوم ٧/٢٦
١٩٥٢ عن توريد خراطيم قماش
للمطافئ وتطلب الشروط والمواصفات
من المجلس على ورقة تمغة فئة ٥٠
مليما نظير مبلغ ١٠٠ مليم للنسخة
بخلاف اجرة البريد وكل عطاء لا
يرفق به تأمين ابتدائي قدره ٢ ٪
من قيمته لا يلتفت اليه (١٩٤٢)

وزارة المعارف العمومية

تقبل العطاءات بعنوان حضرة
صاحب السعادة السكرتير العام
لوزارة المعارف بشارع الفلكي عن
طريق البريد أو بوضعها باليد فى
الصندوق المخصص لذلك بإدارة
المحفوظات بالوزارة لغاية الساعة
الثانية عشر من ظهر يوم السبت
الموافق ١٩٥٢/٨/٩ عن توريد عدد
وخامات النفس اللازمة للمدارس
الصناعية ويمكن الحصول على
الشروط وقوائم الناقصة من مراقبة
التوريدات بشارع صفية زغول
بالقاهرة نظير دفع مبلغ ٢٥٠ مليما
خلاف اجرة البريد (١٩١٥)

قطعة من فرنسا
تجوب السماء



Menu

Apéritif
Paupiettes de Saumon
Coq de Bresse
au Vin
Pommes Vapeur
Primeurs
au Beurre Frais
Salade de Saison
Fromage
Pâtisserie
Fruits — Café
Champagne
Liqueurs

الاجواء الفاتنة والحالم والترحيب الرفيق الماثور
عن الضيافة الفرنسية الكريمة لمن أبرز المميزات التي ينعم
بها المسافر على طائرات كونستيليشن الفخمة التي تسيها

اير فرانس

وان ما تذوقه من ألوان الأطعمة الفرنسية المشهورة
لما يجعلك تستطعم رحلتك!

لكافة الاستعلامات خابروا: القاهرة - ت ٠٧٩٩١٥ - الإسكندرية - ت ٢٣٩٢٩
وجميع وكالات السياحة المعتمدة

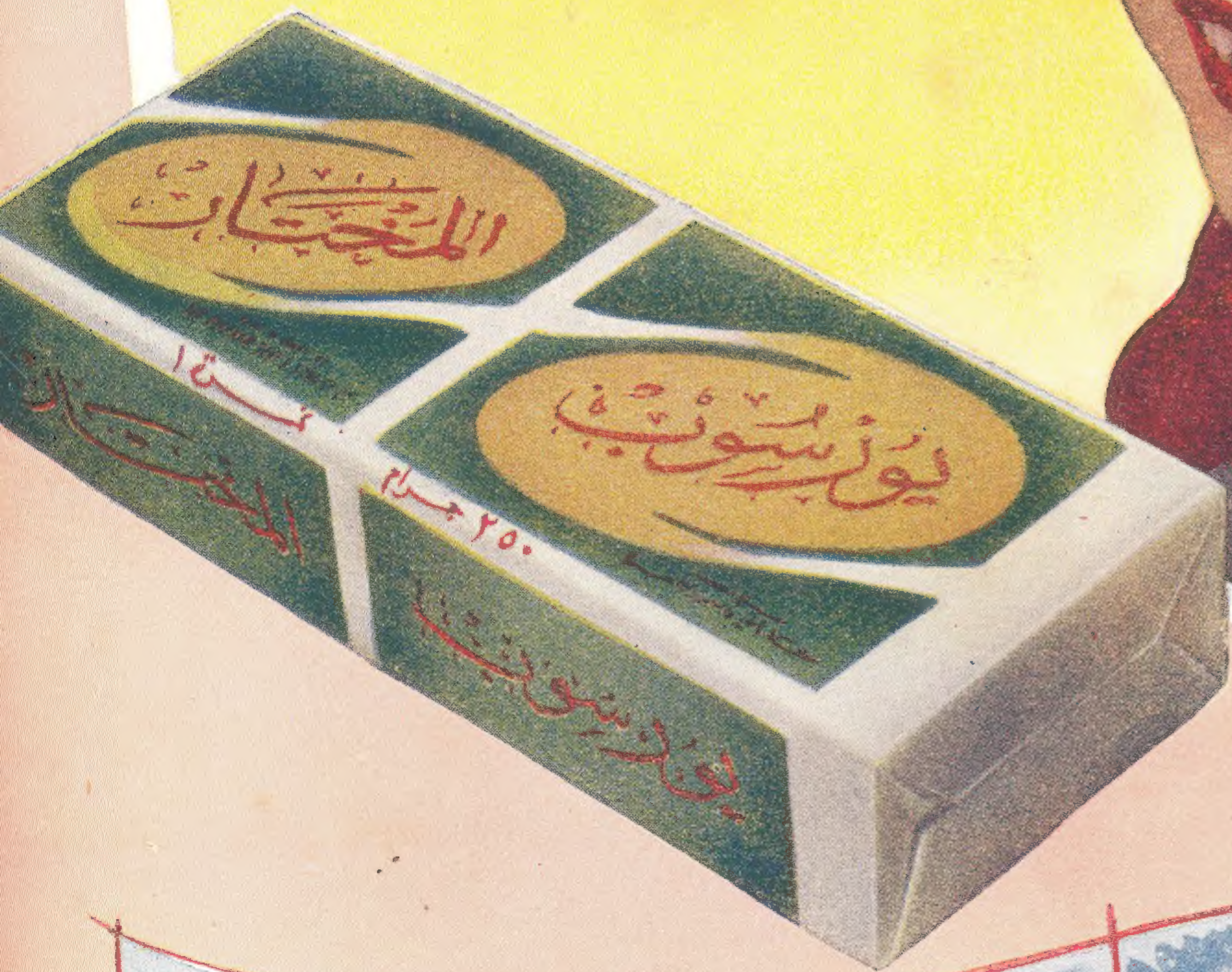
pl



PRO 52-20 C

صابون المختار

في كل دار



لبنجمة شرفية ماهر



يحافظ على نعومة البشرة
مثالي للاستحمام

أفضل صابون لغسل الأيدي
أحسن صابون للأسجة الرقيقة

انتاج : شركة الملح والصودا المصرية